

МЕНЮ

30 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ПШЕНО).	200	5,17	6,02	22,22	173,08	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,40	4,78	19,00	138,03	0,78
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	30/5	2,32	5,39	15,02	122,03	0,00
Итого			435	11,89	16,19	56,24	433,14	1,40
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ.	200	3,71	4,22	186,22	140,21	10,55
2008	45	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ,	55	0,44	0,05	0,93	7,10	2,73
2012	304	ПЛОВ ИЗ МЯСА.	200	13,14	12,54	32,15	309,47	1,52
2012	377	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА .	200	0,22	0,05	24,44	101,36	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	48	3,19	0,42	20,21	99,15	0,00
Итого			703	20,70	17,28	263,95	657,29	14,80
Полдник								
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ.	30/32	2,42	1,81	33,63	158,61	0,06
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	7,98	32,41	0,02
Итого			262	2,54	1,84	41,61	191,02	0,08
Ужин								
2012	419	КАША ЯЧНЕВАЯ, МОЛОЧНАЯ.	230	5,14	5,56	27,47	184,46	0,53
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	26,28	102,54	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	20	1,52	1,17	9,97	56,42	0,00
Итого			450	6,66	6,73	63,72	343,42	0,53
Всего				41,79	42,04	425,52	1 624,87	16,81

Стоимость меню: 210р

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о. Самара
Болгова Г. А./

МЕНЮ
29 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	416	КАША МАННАЯ,МОЛОЧНАЯ.	200	6,37	7,42	24,83	195,83	0,86
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,39	4,77	18,97	137,74	0,78
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	39/5	3,06	5,93	19,88	149,24	0,00
Итого			444	13,82	18,12	63,68	482,81	1,64
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ .	200	8,08	4,61	28,94	192,67	4,09
2002	426	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ.	52	0,55	0,10	1,92	12,13	5,21
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	150	4,94	4,22	29,95	182,66	0,00
2012	279	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ .	40/30	8,95	13,46	7,98	181,08	1,74
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ.	200	0,50	0,03	23,48	98,94	0,16
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	47	3,17	0,42	20,07	98,49	0,00
Итого			719	26,19	22,84	112,34	765,97	11,20
Полдник								
2012	455	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ.	100	7,49	7,43	50,90	301,97	0,04
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.	203	5,70	6,29	9,23	117,94	1,05
Итого			303	13,19	13,72	60,13	419,91	1,09
Ужин								
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ.	150	3,61	5,70	23,59	165,67	11,36
2008	56	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	66	1,21	5,69	4,93	76,18	1,85
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ.	200/4	0,16	0,03	15,84	65,98	0,68
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	39	3,01	2,33	19,81	112,09	0,00
Итого			459	7,99	13,75	64,17	419,92	13,89
Всего				61,19	68,43	300,32	2 088,61	27,82

Стоимость меню! 210р


 Утверждаю
 Заведующий
 МБДОУ "Детский сад №328" г.о.Самара
 Болгова Г. А./

МЕНЮ

28 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	415	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ.	200	4,94	5,14	26,50	174,72	0,65
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	3,01	5,92	19,54	147,59	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	7,02	28,54	0,02
Итого			445	8,07	11,09	53,06	350,85	0,67
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ.	200	3,24	3,14	169,42	144,66	8,53
2012	127	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ.	100	11,09	2,43	30,17	188,06	0,00
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	80	11,35	11,75	5,38	172,38	0,05
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	20,78	93,44	40,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			630	29,36	17,90	246,95	702,54	48,58
Полдник								
2012	493	ПРЯНИК.	50	3,15	3,15	36,38	174,60	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,40	4,78	16,10	126,42	0,78
Итого			250	7,55	7,93	52,48	301,02	0,78
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МУЧНОЙ КРОШКОЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	190/20	19,18	9,29	30,40	313,90	0,36
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	32,41	125,72	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			450	22,23	11,65	82,88	553,22	0,36
Всего				67,21	48,57	435,37	1 907,63	50,39

Составить меню 210 руб

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о. Самара
Балова
Болгова Г. А./

МЕНЮ
27 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ .	200	5,85	6,39	26,28	191,28	0,65
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,88	3,10	19,90	120,61	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	3,01	5,92	19,54	147,59	0,00
Итого			445	11,74	15,41	65,72	459,48	1,17
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ .	200	3,64	4,03	20,99	138,40	2,92
2012	298	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С РИСОМ И МЯСОМ КУР.	160/40	14,73	15,52	762,28	260,34	27,80
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ.	200	0,21	0,04	25,75	106,12	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			650	21,93	20,03	830,22	608,86	30,72
Полдник								
2008	147	ПЕЧЕНЬЕ.	50	4,00	7,50	37,45	225,00	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	31,12	121,89	0,00
Итого			250	4,00	7,50	68,57	346,89	0,00
Ужин								
2012	260	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ .	60	10,86	4,74	9,96	127,83	0,67
2012	418	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ.	150	2,78	2,37	19,36	121,38	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ.	200/10	0,21	0,04	15,72	66,75	1,62
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	2,96	2,29	19,47	110,19	0,00
Итого			450	16,81	9,44	64,51	426,15	2,29
Всего				54,48	52,38	1 029,02	1 841,38	34,18

Сидорова Елена Александровна

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о. Самара
Болгова Г. А./

МЕНЮ

24 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА".	200	5,40	5,36	27,59	187,63	0,64
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,82	3,04	17,02	108,35	0,51
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	3,07	5,75	19,94	147,65	0,00
Итого			445	11,29	14,15	64,55	443,63	1,15
Обед								
2012	63	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ.	200	3,42	3,31	29,00	161,75	6,22
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ.	190	2,87	1,79	26,11	144,56	0,00
2012	279	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ .	35/30	7,76	9,28	7,93	139,79	1,76
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ.	200	0,21	0,04	22,85	94,54	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ.	49	3,28	0,43	20,76	101,88	0,00
Итого			704	17,54	14,85	106,65	642,52	7,98
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ .	90	13,76	10,98	40,01	316,34	0,23
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ.	200/10	0,16	0,03	15,58	65,03	0,79
Итого			300	13,92	11,01	55,59	381,37	1,02
Ужин								
2012	345	РАГУ ОВОЩНОЕ .	220	3,34	5,28	307,73	134,87	17,55
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	24,02	94,86	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	38	2,82	2,18	18,55	104,94	0,00
Итого			458	6,16	7,46	350,30	334,67	17,55
Всего				48,91	47,47	577,09	1 802,19	27,70

Сметается только 210 руб

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о. Самара
Болгова Г. А./



МЕНЮ

23 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	417	КАША КУКУРУЗНАЯ, МОЛОЧНАЯ.	200	5,61	6,23	26,90	188,48	1,23
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,40	4,78	19,00	138,03	0,78
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	3,01	5,92	19,54	147,59	0,00
Итого			445	13,02	16,93	65,44	474,10	2,01
Обед								
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ,	200	3,25	6,27	17,31	144,42	3,89
2008	45	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ.	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2012	277	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ.	180/27	10,39	13,45	24,48	255,91	12,60
2012	371	НАПИТОК ИЗ ВИШНИ.	200	0,08	0,02	18,78	77,30	0,60
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			707	17,47	20,23	82,60	588,13	19,59
Полдник								
2012	493	ПРЯНИК.	50	3,15	3,15	36,38	174,60	0,00
2012	404	ВАРЕНЕЦ.	200	5,63	4,85	8,15	102,82	0,56
Итого			250	8,78	8,00	44,53	277,42	0,56
Ужин								
2012	419	КАША ЯЧНЕВАЯ, МОЛОЧНАЯ.	210	4,66	6,09	24,46	176,10	0,48
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,49	0,20	26,02	118,82	60,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	2,96	2,29	19,47	110,19	0,00
Итого			450	8,11	8,58	69,95	405,11	60,48
Всего				47,38	53,74	262,52	1 744,76	82,64

Стоимость обеда 210 руб



МЕНЮ

22 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	419	КАША ЯЧНЕВАЯ, МОЛОЧНАЯ.	200	4,42	5,10	24,21	164,10	0,46
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,88	3,10	19,90	120,61	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	3,01	5,92	19,54	147,59	0,00
Итого			445	10,31	14,12	63,65	432,30	0,98
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ .	200	6,18	3,18	25,13	156,13	5,37
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА".	50	0,84	1,11	5,27	31,62	2,17
2012	188	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С МЯСОМ КУР И ПОДЛИВОЙ.	180/30	13,19	12,20	34,47	292,73	1,56
2012	377	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА .	200	0,22	0,05	21,54	89,75	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			710	23,78	16,98	107,61	674,23	9,10
Полдник								
2012	461	ПЛЮШКА С САХАРОМ.	80	6,67	2,74	43,57	226,61	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	28,22	110,28	0,00
Итого			280	6,67	2,74	71,79	336,89	0,00
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.	150	7,79	8,65	4,85	130,37	0,52
2002	345	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	60	1,80	0,76	11,93	65,20	2,40
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	7,02	28,54	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	2,96	2,29	19,47	110,19	0,00
Итого			450	12,67	11,73	43,27	334,30	2,94
Всего				53,43	45,57	286,32	1 777,72	13,02

Синицын Александр Николаевич

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о. Самара
Болгова Г. А./

МЕНЮ
21 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ.	200	3,42	2,92	17,89	113,67	0,36
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ .	200	4,26	4,60	14,97	119,70	0,78
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	35/5	2,80	5,12	18,27	133,76	0,00
Итого			440	10,48	12,64	51,13	367,13	1,14
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ.	200	3,17	2,45	19,50	118,33	3,65
2012	314	КАША РАССЫПЧАТАЯ , ГРЕЧНЕВАЯ.	100	3,57	1,29	19,80	105,93	0,00
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ .	20	0,48	0,72	3,52	22,80	0,31
2012	292	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	75	10,21	9,72	5,80	151,37	0,23
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	20,69	93,14	40,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	48	3,19	0,42	20,19	99,05	0,00
Итого			643	20,95	14,74	89,50	590,62	44,19
Полдник								
2008	147	ПЕЧЕНЬЕ.	50	4,00	7,50	37,45	225,00	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,35	4,71	15,91	124,97	0,77
Итого			250	8,35	12,21	53,36	349,97	0,77
Ужин								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО - МАННАЯ С СОУСОМ .	200/30	15,58	7,90	28,39	276,95	0,30
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	32,42	125,78	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	37	2,76	2,14	16,21	103,02	0,00
Итого			467	18,34	10,04	79,02	505,75	0,30
Всего				58,12	49,63	273,01	1 813,47	46,40

Смотреть меню в журнале

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о. Самара
/Болгова Г. А./



МЕНЮ

20 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	418	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ.	200	5,84	6,79	24,53	194,19	0,65
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,88	3,10	19,91	120,66	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	3,00	5,91	19,50	147,35	0,00
Итого			445	11,72	15,80	63,94	462,20	1,17
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ.	200	5,43	4,99	23,06	161,32	4,10
2012	338	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР.	200	12,16	16,84	837,45	234,29	30,24
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ.	200	0,50	0,03	23,48	98,94	0,16
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	51	3,40	0,45	21,50	105,49	0,00
Итого			651	21,49	22,31	905,49	600,04	34,50
Полдник								
2008	97	БАНАН СВЕЖИЙ.	96	1,44	0,48	20,13	92,04	9,59
2012	493	ПРЯНИК.	30	1,89	1,89	21,83	104,76	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ.	200	0,00	0,00	26,28	102,54	0,00
Итого			326	3,33	2,37	68,24	299,34	9,59
Ужин								
2012	248	РЫБА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ.	220	12,74	8,64	5,19	151,27	2,34
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,11	0,03	7,97	32,34	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	39	2,95	2,28	19,43	109,95	0,00
Итого			459	15,80	10,95	32,59	293,56	2,36
Всего				52,34	51,43	1 070,26	1 655,14	47,62

Смешать меню 210 руб

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о. Самара
/Болгова Г. А./

МЕНЮ

17 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	413	КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ.	200	5,63	6,82	26,73	195,10	0,58
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,58	2,77	19,93	116,53	0,46
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	2,94	5,86	19,06	144,88	0,00
Итого			445	11,15	15,45	65,72	456,51	1,04
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ.	200	3,70	5,08	23,43	158,14	4,10
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ.	50	0,83	2,50	3,31	38,37	3,82
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ.	200	7,96	15,91	29,17	291,72	14,28
2012	373	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ.	200	0,33	0,07	29,11	120,40	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	48	3,25	0,43	20,54	100,80	0,00
Итого			698	16,07	23,99	105,56	709,43	22,20
Полдник								
2012	455	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ.	80	5,94	6,00	39,26	236,06	0,03
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	8,02	32,53	0,02
Итого			280	6,06	6,03	47,28	268,59	0,05
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.	150	7,71	12,79	4,72	167,09	0,50
2002	345	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	51	1,52	0,64	10,04	54,86	2,02
2012	380	КИСЕЛЬ.	200	0,00	0,00	31,58	123,83	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	38	2,89	2,23	18,99	107,48	0,00
Итого			439	12,12	15,66	65,33	453,26	2,52
Всего				45,40	61,13	283,89	1 887,79	25,81

Составлено меню Неруб

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о. Самара
Болгова Г. А./**МЕНЮ**

16 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ПШЕНО).	200	5,13	5,97	22,38	173,20	0,61
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,32	4,69	18,86	136,38	0,76
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ.	38/11	5,49	5,54	19,14	148,86	0,08
Итого			449	14,94	16,20	60,38	458,44	1,45
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ.	200	4,43	4,87	184,30	149,10	10,49
2008	45	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ.	50	0,40	0,05	0,86	6,55	2,52
2012	304	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ .	220	12,94	12,95	35,13	310,77	1,52
2012	375	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ.	200	0,10	0,03	23,82	97,93	5,80
2008	8	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	49	3,27	0,43	20,70	101,58	0,00
Итого			719	21,14	18,33	264,81	665,93	20,33
Полдник								
2012	246	СУШКИ ПРОСТЫЕ.	50	5,29	5,34	33,47	198,85	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	7,99	32,45	0,02
Итого			250	5,41	5,37	41,46	231,30	0,02
Ужин								
2012	167	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕНИЧНАЯ.	150	4,24	4,27	29,65	181,38	0,00
2012	257	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ.	80	13,09	5,47	6,74	128,84	0,55
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	23,68	105,05	40,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	29	2,18	1,69	14,35	81,24	0,00
Итого			459	19,84	11,57	74,42	496,51	40,55
Всего				61,33	51,47	441,07	1 852,18	62,35

Составлено меню 10/16/25

МЕНЮ

15 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
			200	6,40	7,44	25,00	196,84	0,86
2012	416	КАША МАННАЯ,МОЛОЧНАЯ.	200	2,88	3,10	19,92	120,69	0,52
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	39/5	3,05	5,95	19,82	149,18	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	444	12,33	16,49	64,74	466,71	1,38
Итого								
Обед								
			200	8,06	4,54	29,08	192,52	4,11
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ .	51	0,39	0,05	1,21	6,79	2,00
2002	427	ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ .	200	18,38	20,71	38,16	406,44	0,60
2012	190	МАКАРОННИК С МЯСОМ КУР .	200	0,06	0,01	23,71	96,84	0,42
2012	376	НАПИТОК ИЗ ВИШНИ.	50	3,38	0,44	21,36	104,83	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	701	30,27	25,75	113,52	807,42	7,13
Итого								
Полдник								
			100	16,55	13,01	40,85	349,57	0,25
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ .	166	4,84	4,04	16,14	122,67	0,46
2012	400	СНЕЖОК.	266	21,39	17,05	56,79	472,24	0,71
Итого								
Ужин								
			225	4,25	5,20	26,42	173,99	12,56
2012	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ.	200/10	0,18	0,04	15,82	66,17	0,84
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ.	39	3,00	2,32	19,75	111,78	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	474	7,43	7,56	61,99	351,94	13,40
Итого				71,42	66,85	297,04	2 098,31	22,60
Всего								

Составлено меню № 10/25

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о. Самара
Болгова Г. А./



МЕНЮ

14 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	415	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ.	200	5,02	6,22	27,73	190,99	0,66
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	4,34	4,70	19,87	140,71	0,79
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	3,10	5,97	20,14	150,82	0,00
Итого			445	12,46	16,89	67,74	482,52	1,45
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ.	200	3,54	3,92	192,43	166,16	10,58
2008	45	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ.	53	0,42	0,05	0,90	6,86	2,64
2012	127	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ.	120	13,42	5,14	36,39	252,02	0,00
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	80	13,54	18,77	10,22	263,84	0,55
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	23,68	105,05	40,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	51	3,43	0,45	21,71	106,54	0,00
Итого			704	34,68	28,47	285,33	900,47	53,77
Полдник								
2012	493	ПРЯНИК.	50	3,18	3,18	36,68	176,03	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	205	4,52	4,89	19,16	140,20	0,80
Итого			255	7,70	8,07	55,84	316,23	0,80
Ужин								
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	160	5,00	4,25	30,28	184,52	0,00
2008	56	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	62	1,14	5,35	4,64	71,59	1,74
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ .	200	4,44	4,80	17,91	133,99	0,82
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	32	2,44	1,89	16,07	90,97	0,00
Итого			454	13,02	16,29	68,90	481,07	2,56
Всего				67,86	69,72	477,81	2 180,29	58,58

информация меню по саду

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о. Самара
Болгова Г. А./

МЕНЮ
13 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ .	200	5,85	6,42	26,15	191,09	0,66
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,90	3,12	19,90	120,90	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	38/5	2,92	5,85	18,92	144,12	0,00
Итого			443	11,67	15,39	64,97	456,11	1,18
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ .	200	3,61	4,15	23,48	148,86	4,08
2002	426	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ.	34	0,36	0,07	1,24	7,84	3,37
2012	298	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С РИСОМ И МЯСОМ КУР.	200	13,18	19,68	761,91	292,20	27,45
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ.	200	0,21	0,04	25,93	106,90	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	48	3,22	0,42	20,39	100,03	0,00
Итого			682	20,58	24,36	832,95	655,83	34,90
Полдник								
2008	147	ПЕЧЕНЬЕ.	50	4,03	7,56	37,74	226,72	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ.	200/10	0,17	0,04	15,84	66,13	0,82
Итого			260	4,20	7,60	53,58	292,85	0,82
Ужин								
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ.	105	15,77	9,14	7,89	178,33	0,47
2012	418	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ.	150	2,82	3,76	19,50	136,33	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	23,88	105,05	40,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	28	2,15	1,66	14,13	80,00	0,00
Итого			483	21,07	14,70	65,20	499,71	40,47
Всего				57,52	62,05	1 016,70	1 904,50	77,37

СМОТРЕТЬ СЕВЕРНО КАРТУ

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о. Самара
Болгова Г. А./

МЕНЮ

10 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА".	200	5,47	6,52	27,69	200,00	0,64
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,86	3,08	19,94	120,52	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	30/5	2,37	5,41	15,32	123,64	0,00
Итого			435	10,70	15,01	62,95	444,16	1,16
Обед								
2012	63	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ.	200	3,49	3,44	28,87	162,31	6,17
2002	426	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ.	34	0,37	0,07	1,28	7,95	3,42
2012	190	МАКАРОННИК С МЯСОМ КУР .	200	17,79	23,81	38,09	436,77	0,58
2012	375	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ.	200	0,09	0,02	23,77	97,55	4,87
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ.	49	3,27	0,43	20,70	101,58	0,00
Итого			683	25,01	27,77	112,69	806,16	15,04
Полдник								
2012	3	БУТЕРБРОДЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ.	31/41	5,25	5,23	37,96	220,07	0,16
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,30	4,67	18,83	135,93	0,76
Итого			272	9,55	9,90	56,79	356,00	0,92
Ужин								
2012	345	РАГУ ОВОЩНОЕ .	220	3,39	5,29	307,79	135,33	17,58
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	7,99	32,45	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	2,32	1,79	15,25	86,30	0,00
Итого			450	5,83	7,11	331,03	254,08	17,60
Всего				51,09	59,79	563,46	1 860,40	34,72

Составлено меню по рецептам

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о.Самара
Болгова Г. А./

МЕНЮ
9 октября 2025 г.

Сад 12 часов



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	417	КАША КУКУРУЗНАЯ, МОЛОЧНАЯ.	200	5,63	6,26	26,88	188,73	1,24
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,43	4,81	19,04	138,55	0,78
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	2,94	5,86	19,06	144,88	0,00
Итого			445	13,00	16,93	64,98	472,16	2,02
Обед								
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ.	200	4,12	4,83	20,61	148,52	5,57
2008	45	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ.	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2012	277	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ.	200	12,50	15,26	24,68	290,20	12,65
2012	371	НАПИТОК ИЗ ВИШНИ.	200	0,05	0,01	23,43	95,67	0,41
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	48	3,25	0,43	20,54	100,80	0,00
Итого			698	20,32	20,58	90,11	641,69	21,13
Полдник								
2008	489	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ.	83	0,75	0,17	6,75	35,82	49,98
2012	493	ПРЯНИК.	40	2,52	2,52	29,10	139,68	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	7,99	32,44	0,02
Итого			323	3,39	2,72	43,84	207,94	50,00
Ужин								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ.	80/25	15,02	6,83	2,59	134,81	0,66
2012	168	КАША РАССЫПЧАТАЯ ЯЧНЕВАЯ.	120	2,50	3,13	19,96	122,02	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	23,68	105,05	40,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	38	2,89	2,23	18,99	107,48	0,00
Итого			463	20,74	12,33	65,24	469,36	40,66
Всего				57,45	52,56	264,17	1 791,15	113,81

Шошова Г. А.

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о. Самара
Болгова Г. А./

МЕНЮ
8 октября 2025 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	419	КАША ЯЧНЕВАЯ, МОЛОЧНАЯ.	200	4,41	5,08	24,20	163,91	0,46
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,86	3,08	19,93	120,49	0,52
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ,	42/15	6,57	6,77	21,08	172,22	0,10
Итого			457	13,84	14,93	65,21	456,62	1,08
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ .	200	6,42	4,93	25,28	175,18	5,40
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА".	50	0,84	3,11	5,26	49,56	2,17
2012	187	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ПОДЛИВОЙ.	180/30	14,05	14,81	34,38	319,46	1,50
2012	377	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА .	200	0,22	0,05	24,44	101,36	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	49	3,27	0,43	20,71	101,60	0,00
Итого			709	24,80	23,33	110,07	747,16	9,07
Полдник								
2012	461	ПЛЮШКА С САХАРОМ.	80	6,69	7,33	43,59	268,82	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	26,28	102,54	0,00
Итого			280	6,69	7,33	69,87	371,36	0,00
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.	150	7,74	11,02	4,76	153,98	0,50
2002	345	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	60	1,80	0,76	11,92	65,12	2,40
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	7,99	32,44	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	42	3,20	2,48	21,08	119,28	0,00
Итого			452	12,86	14,29	45,75	370,82	2,92
Всего				58,19	59,88	290,90	1 945,96	13,07

Составлено меню по рецептам

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №326" г.о.Самара
Болгова Г. А./

МЕНЮ
7 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ.	200	4,00	5,04	20,57	147,86	0,46
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ .	200	4,33	4,67	17,34	130,07	0,80
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	30/5	2,40	5,44	15,51	124,74	0,00
Итого			435	10,73	15,15	53,42	402,67	1,26
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ.	200	3,79	4,31	23,96	158,58	5,09
2012	314	КАША РАССЫПЧАТАЯ , ГРЕЧНЕВАЯ.	150	5,60	5,68	30,51	201,29	0,00
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ .	30	0,88	2,99	6,17	55,58	0,79
2012	292	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	80	12,27	16,27	8,69	230,08	0,38
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	23,68	105,05	40,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	49	3,30	0,43	20,87	102,39	0,00
Итого			709	26,17	29,82	113,88	852,97	46,26
Полдник								
2008	147	ПЕЧЕНЬЕ.	50	3,92	7,35	36,70	220,46	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,50	4,88	19,14	139,99	0,80
Итого			250	8,42	12,23	55,84	360,45	0,80
Ужин								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО - МАННАЯ С СОУСОМ.	170/50	18,27	14,78	35,45	392,27	0,44
2012	404	ВАРЕНЕЦ .	202	5,66	4,89	8,22	103,62	0,56
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	31	2,35	1,82	15,44	87,40	0,00
Итого			453	26,28	21,49	59,11	583,29	1,00
Всего				71,60	78,69	282,25	2 199,38	49,32

Стоимость меню 2025

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о.Самара
Болгова Г. А./

МЕНЮ

6 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	418	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ.	200	5,87	8,20	24,61	208,99	0,65
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,88	3,10	19,90	120,60	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	3,01	5,92	19,54	147,59	0,00
Итого			445	11,76	17,22	64,05	477,18	1,17
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ.	200	9,62	6,15	31,83	225,44	4,09
2012	338	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР.	160/27	10,67	15,72	838,71	226,32	30,69
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ.	200	0,76	0,05	25,95	110,63	0,24
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			637	24,40	22,36	917,69	666,39	35,02
Полдник								
2012	246	СУШКИ ПРОСТЫЕ.	50	5,29	5,34	33,47	198,95	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ.	200	0,00	0,00	31,12	121,89	0,00
Итого			250	5,29	5,34	64,59	320,74	0,00
Ужин								
2012	248	РЫБА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ.	150/75	19,09	10,79	7,86	208,64	3,28
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	2,96	2,29	19,47	110,19	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	9,92	40,15	0,02
Итого			465	22,17	13,11	37,25	358,98	3,30
Всего			632	63,62	58,03	1 083,58	1 823,29	39,49

Составлено меню 210 рч

Утверждаю
 Заведующий
 МБДОУ "Детский сад №328" г.о. Самара
 /Болгова Г. А./

МЕНЮ

3 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	413	КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ.	200	6,03	7,24	26,73	200,42	0,65
2012	396	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,88	3,10	19,90	120,60	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	3,01	5,92	19,54	147,59	0,00
Итого			445	11,92	16,26	66,17	468,61	1,17
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ.	200	3,55	3,80	23,67	148,67	4,09
2012	277	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ.	200	10,83	10,35	25,83	242,53	13,08
2012	375	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ.	200	0,14	0,04	19,12	79,55	7,76
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			650	17,87	14,63	89,82	574,75	24,93
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ .	100	16,86	8,88	40,43	311,07	0,26
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	9,92	40,15	0,02
Итого			300	16,98	8,91	50,35	351,22	0,28
Ужин								
2012	417	КАША КУКУРУЗНАЯ, МОЛОЧНАЯ.	200	5,60	5,18	25,89	173,66	1,23
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	31,58	123,83	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	2,96	2,29	19,47	110,19	0,00
Итого			440	8,56	7,47	76,94	407,68	1,23
Всего				55,33	47,27	283,28	1 802,26	27,61

Составлено в соответствии с ОУ

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о. Самара
Болгова Г. А.



МЕНЮ
2 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ПШЕНО).	200	5,17	6,02	22,22	173,06	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,40	4,78	19,00	138,03	0,78
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	30/5	3,01	5,92	19,54	147,59	0,00
Итого			435	12,58	16,72	60,76	458,68	1,40
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ.	200	4,00	4,36	186,53	142,09	10,68
2002	427	ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ .	60	0,47	0,06	1,44	8,06	2,38
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ.	200	11,00	9,93	35,97	270,28	1,82
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ.	200	0,50	0,03	23,48	98,94	0,16
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			710	19,32	14,82	268,62	623,37	15,04
Полдник								
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ.	40/20	7,18	7,65	19,47	176,37	0,13
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	9,92	40,15	0,02
Итого			260	7,30	7,68	29,39	216,52	0,15
Ужин								
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ.	100/60	20,84	13,17	4,33	221,68	0,46
2002	345	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	50	1,50	0,63	9,95	54,35	2,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,49	0,20	26,02	118,82	60,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	2,96	2,29	19,47	110,19	0,00
Итого			450	25,79	16,29	59,77	505,04	62,46
Всего				64,99	55,51	418,54	1 803,61	79,05

Сметина Е.А. 21.10.25

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №328" г.о.Самара
/Болгова Г. А./**МЕНЮ**
1 октября 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	416	КАША МАННАЯ,МОЛОЧНАЯ.	200	6,39	7,44	24,92	196,59	0,87
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,88	3,10	19,90	120,60	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	3,01	5,92	19,54	147,59	0,00
Итого			445	12,28	16,46	64,36	464,78	1,39
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ .	200	8,27	3,59	29,01	182,79	4,09
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ.	60	1,01	1,05	3,10	25,98	5,60
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	150	4,82	1,98	30,81	162,05	0,00
2012	279	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ .	40/30	9,63	10,82	7,78	158,40	1,73
2012	371	НАПИТОК ИЗ ВИШНИ.	200	0,08	0,02	18,76	77,30	0,60
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			730	27,16	17,90	110,66	710,52	12,02
Полдник								
2012	455	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ.	80	5,95	2,55	40,55	208,73	0,03
2008	97	БАНАН СВЕЖИЙ.	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.	200	5,63	6,21	9,12	116,40	1,04
Итого			380	13,08	9,26	70,67	421,13	11,07
Ужин								
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ.	150	3,30	2,22	23,07	127,09	11,30
2008	58	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	60	1,11	5,18	4,48	69,30	1,68
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ.	200/10	0,21	0,04	15,72	66,75	1,62
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	2,96	2,29	19,47	110,19	0,00
Итого			460	7,58	9,73	62,74	373,33	14,60
Всего				60,10	53,35	308,43	1 969,76	39,08

Стоимость меню 210 руб