

Утверждаю

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



МЕНЮ
29 мая 2026 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								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА".	200	5,50	6,56	26,62	196,19	0,65
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,88	3,10	19,90	120,61	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	50/5	3,87	6,58	25,16	179,40	0,00
Итого			455	12,25	16,24	71,68	496,20	1,17
Обед								
2012	63	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ.	200	3,34	3,69	28,92	165,22	6,17
2008	56	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	50	0,92	4,32	3,73	57,72	1,40
2012	190	МАКАРОННИК С МЯСОМ КУР.	200	19,65	18,83	37,56	389,07	0,48
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ.	200	0,50	0,03	23,48	98,94	0,16
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			700	27,76	27,31	114,89	814,95	8,21
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ.	80	12,15	5,81	35,77	243,52	0,06
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	7,98	32,40	0,02
Итого			280	12,27	5,84	43,75	275,92	0,08
Ужин								
2012	345	РАГУ ОВОЩНОЕ.	220	3,35	5,25	307,75	134,68	17,56
2012	380	КИСЕЛЬ.	200	0,00	0,00	39,51	152,77	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			460	6,40	7,61	367,33	401,05	17,56
Всего				58,68	57,00	597,65	1 988,12	27,02

Составлено в соответствии с РД МУС

Утверждаю

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



МЕНЮ

28 мая 2026 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	417	КАША КУКУРУЗНАЯ, МОЛОЧНАЯ.	200	5,61	6,23	25,94	184,66	1,28
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,40	4,78	19,00	138,03	0,78
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	50/5	3,87	6,58	25,16	179,40	0,00
Итого			455	13,88	17,59	70,10	502,09	2,01
Обед								
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ.	200	3,12	3,09	20,63	125,06	5,61
2008	45	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ.	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,00
2012	277	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ.	200	10,60	15,13	25,86	278,67	13,08
2012	377	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА.	200	0,22	0,05	24,44	101,36	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			690	17,61	18,75	92,81	614,29	20,69
Полдник								
2012	246	СУШКИ ПРОСТЫЕ.	50	5,29	5,34	33,47	198,85	0,00
2012	404	ВАРЕНЕЦ.	200	5,63	4,85	8,15	102,82	0,56
Итого			250	10,92	10,19	41,62	301,67	0,56
Ужин								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ.	200	5,84	5,69	25,30	180,15	0,65
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ.	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,49	0,20	26,02	118,82	60,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	50	3,82	2,95	25,09	142,00	0,00
Итого			470	12,63	11,08	76,55	471,62	60,65
Всего				55,04	57,61	281,08	1 889,67	83,91

СМОТРЕТЬ МЕНЮ 210/140

Утверждаю



МЕНЮ

27 мая 2026 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	5,43	5,59	24,30	172,54	0,6
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,86	3,08	17,97	112,62	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	50/5	3,73	6,70	24,29	176,87	0,00
Итого			455	12,02	15,37	66,56	462,03	1,16
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ .	200	5,82	3,26	25,14	156,44	5,37
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА".	50	0,84	2,10	5,27	40,57	2,17
2012	188	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С МЯСОМ КУР И ПОДЛИВОЙ.	155/20	11,95	11,18	29,11	257,63	1,19
2012	375	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ.	200	0,08	0,02	19,76	81,58	4,46
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	55	3,70	0,49	23,39	114,76	0,00
Итого			680	22,39	17,05	102,67	650,98	13,19
Полдник								
2012	461	ПЛЮШКА С САХАРОМ.	80	6,64	6,79	43,57	263,18	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	26,28	102,54	0,00
Итого			280	6,64	6,79	69,85	365,72	0,00
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.	150	10,27	11,58	4,97	167,98	0,52
2002	345	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	59	1,78	0,75	11,75	64,19	2,36
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	9,93	40,19	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	41	3,16	2,44	20,76	117,52	0,00
Итого			450	15,33	14,80	47,41	389,88	2,90
Всего				56,38	54,01	286,49	1 868,61	17,25

столешница меню по РФ

МЕНЮ

26 мая 2026 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	5,70	6,01	24,61	178,98	0,73
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	50/5	3,88	7,37	25,18	187,63	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ .	200	4,34	4,69	19,86	140,39	0,80
Итого			455	13,92	18,07	69,65	507,00	1,53
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ.	200	3,60	2,88	24,13	143,83	5,29
2012	314	КАША РАССЫПЧАТАЯ , ГРЕЧНЕВАЯ.	100	3,64	1,86	20,07	113,15	0,00
2012	292	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	80	12,95	12,95	9,03	204,38	0,38
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ .	20	0,56	1,99	3,90	36,05	0,52
2012	371	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК .	200	0,08	0,06	17,22	71,36	0,60
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			650	24,16	20,18	95,55	672,77	6,79
Полдник								
2008	147	ПЕЧЕНЬЕ.	50	4,00	7,50	37,45	225,00	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,40	4,78	19,00	138,02	0,78
Итого			250	8,40	12,28	56,45	363,02	0,78
Ужин								
2012	416	КАША МАННАЯ,МОЛОЧНАЯ.	200	6,38	6,74	24,91	189,34	0,87
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	23,68	105,05	40,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	50	3,82	2,95	25,09	142,00	0,00
Итого			450	10,53	9,83	73,68	436,39	40,87
Всего				57,01	60,36	295,33	1 979,18	49,97

Составлено в меню 210 руб

Утверждаю

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

МЕНЮ

25 мая 2026 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	418	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ.	200	5,84	6,09	24,57	187,22	0,65
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,88	3,10	17,96	112,86	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	50/5	3,88	7,37	25,18	187,62	0,00
Итого			455	12,60	16,56	67,71	487,70	1,13
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ.	200	5,13	3,31	32,64	182,96	4,27
2012	338	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР.	160/40	11,75	12,82	837,27	195,22	30,19
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ.	200	0,50	0,03	21,54	91,20	0,16
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			650	20,73	16,60	912,65	573,38	34,62
Полдник								
2012	493	ПРЯНИК.	50	3,15	3,15	36,38	174,60	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ.	200	0,00	0,00	26,28	102,54	0,00
Итого			250	3,15	3,15	62,66	277,14	0,00
Ужин								
2012	248	РЫБА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ.	150/75	18,62	10,75	4,95	193,16	2,29
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	9,92	40,15	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			465	21,79	13,14	34,94	346,91	2,31
Всего				58,27	49,45	1 077,96	1 685,13	36,10

полностью меню по рецептам

МЕНЮ

22 мая 2026 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	413	КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ.	200	6,02	6,54	25,75	189,29	0,65
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,88	3,10	17,96	112,87	0,5
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	3,10	5,99	20,14	151,00	0,00
Итого			445	12,00	15,63	63,85	453,16	1,17
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ.	200	2,96	3,10	23,53	136,16	4,09
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНый С МЯСОМ ПТИЦЫ .	200	11,85	11,83	28,77	260,93	13,39
2012	214	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ.	50	0,84	2,07	10,20	61,25	1,92
2012	376	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			700	19,08	17,46	102,46	639,64	20,00
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ".	80	7,74	4,39	41,66	239,14	0,16
2012	404	ВАРЕНЕЦ .	200	5,63	4,85	8,15	102,82	0,56
Итого			280	13,37	9,24	49,81	341,96	0,72
Ужин								
2012	419	КАША ЯЧНЕВАЯ, МОЛОЧНАЯ.	200	4,41	4,40	23,23	152,97	0,46
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	31,58	123,83	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	50	3,82	2,95	25,09	142,00	0,00
Итого			450	8,23	7,35	79,90	418,80	0,46
Всего				52,68	49,68	296,02	1 853,56	22,35

Шошурова Елена Игоревна

МЕНЮ

21 мая 2026 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 КРУПНОЙ (ПШЕНО).	200	5,30	6,23	20,57	167,11	0,73
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,40	4,78	17,06	130,29	0,78
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	50/5	3,67	8,51	23,74	192,81	0,00
Итого			455	13,37	19,52	61,37	490,21	1,51
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ.	200	3,33	3,07	186,03	124,05	10,51
2008	56	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	50	0,92	4,32	3,73	57,72	1,40
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ.	180	10,56	10,56	34,68	269,49	1,30
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			680	18,66	18,42	269,12	654,20	13,41
Полдник								
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	7,98	32,41	0,02
2012	246	СУШКИ ПРОСТЫЕ.	50	5,29	5,34	33,47	198,85	0,00
Итого			250	5,41	5,37	41,45	231,26	0,02
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.	170	8,83	10,22	5,51	152,04	0,59
2002	345	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	50	1,50	0,63	9,94	54,34	2,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,49	0,20	26,02	118,82	60,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	20	1,53	1,18	10,04	56,80	0,00
Итого			440	12,35	12,23	51,51	382,00	62,59
Всего				49,79	55,54	423,45	1 757,67	77,53

Суммарный калораж 210 ккал

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ

20 мая 2026 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	6,37	6,04	23,93	178,22	0,87
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,88	3,10	19,90	120,61	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	3,10	5,99	20,14	151,00	0,00
Итого			445	12,35	15,13	63,97	449,83	1,39
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ.	200	7,77	3,39	29,02	179,96	4,09
2012	190	МАКАРОНИК С МЯСОМ КУР.	200	19,46	20,29	37,27	401,05	0,44
2012	371	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК.	200	0,06	0,06	19,16	79,10	0,60
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			650	30,64	24,18	106,65	764,11	5,13
Полдник								
2012	455	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ.	80	5,96	5,71	39,38	233,51	0,03
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.	200	5,63	6,21	9,12	116,40	1,04
Итого			280	11,59	11,92	48,50	349,91	1,07
Ужин								
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ.	150	3,31	3,27	23,09	137,96	11,30
2008	56	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	60	1,11	5,18	4,48	69,24	1,68
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	7,98	32,40	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,05	2,36	20,07	113,60	0,00
Итого			450	7,59	10,84	55,62	353,22	13,00
Всего				62,17	62,07	274,74	1 917,07	20,59

Составлено меню по рецептам



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

МЕНЮ
19 мая 2026 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	4,94	5,49	25,55	174,48	0,65
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,40	4,78	17,06	130,28	0,78
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	3,10	5,99	20,14	151,00	0,00
Итого			445	12,44	16,26	62,75	455,76	1,43
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ.	200	3,22	2,80	193,05	153,55	10,57
2008	45	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ.	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2012	127	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ.	100	11,11	1,97	30,19	185,57	0,00
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	80	13,17	14,28	7,74	211,80	0,08
2012	375	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ.	200	0,40	0,12	21,22	91,40	23,28
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,35	0,44	21,20	104,00	0,00
Итого			680	31,65	19,66	274,25	752,82	36,43
Полдник								
2012	493	ПРЯНИК.	50	3,15	3,15	36,38	174,60	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	21,74	97,31	40,00
Итого			250	3,48	3,29	58,12	271,91	40,00
Ужин								
		КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ,	200	6,79	6,60	25,99	191,73	1,45
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	7,98	32,41	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	50	3,82	2,95	25,09	142,00	0,00
Итого			450	10,73	9,58	59,06	366,14	1,47
Всего				58,30	48,79	454,18	1 846,63	79,33

Стоимость меню 40 руб

Утверждаю

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



МЕНЮ

18 мая 2026 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								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ .	200	5,81	6,36	25,25	186,76	0,64
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,86	3,08	19,91	120,36	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/6	3,08	5,97	20,00	150,22	0,00
Итого			446	11,75	15,41	65,16	457,34	1,16
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ .	200	3,03	3,10	23,32	136,56	4,00
2012	298	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С РИСОМ И МЯСОМ КУР.	200	12,23	13,59	761,47	232,83	27,42
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ.	200	0,21	0,04	25,75	106,12	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	48	3,19	0,42	20,17	98,98	0,00
Итого			648	18,66	17,15	830,71	574,49	31,50
Полдник								
2008	147	ПЕЧЕНЬЕ.	50	4,03	7,55	37,71	226,55	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	26,33	102,78	0,00
Итого			250	4,03	7,55	64,04	329,33	0,00
Ужин								
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ.	100	13,02	5,45	8,06	133,79	0,48
2012	418	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ.	150	3,39	3,97	22,70	155,28	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	7,99	32,45	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	2,27	1,76	14,95	84,61	0,00
Итого			480	18,80	11,21	53,70	406,13	0,50
Всего				53,24	51,32	1 013,61	1 767,29	33,16

Составлено меню: 2/0/р

Утверждаю

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



МЕНЮ
15 мая 2026 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								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА".	200	5,52	6,54	26,91	197,41	0,64
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,86	3,08	19,90	120,29	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	30/5	2,36	5,41	15,23	123,25	0,00
Итого			435	10,74	15,03	62,04	440,95	1,16
Обед								
2012	63	СВЕКОЛЬНИК .	200/4	3,07	3,36	28,77	161,29	6,16
2012	292	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	80	11,01	14,18	7,89	202,99	0,43
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ .	30	0,83	2,98	5,87	54,10	0,79
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	150	4,97	3,53	30,18	176,62	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ.	200	0,50	0,03	23,48	98,94	0,16
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ.	49	3,28	0,43	20,74	101,79	0,00
Итого			713	23,66	24,51	116,93	795,73	7,54
Полдник								
2012	3	БУТЕРБРОДЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ.	32/40	5,26	5,22	37,97	220,05	0,16
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,13	0,03	8,02	32,54	0,02
Итого			272	5,39	5,25	45,99	252,59	0,18
Ужин								
2012	345	РАГУ ОВОЩНОЕ .	230	3,14	4,24	307,04	117,85	17,04
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	26,34	102,78	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	20	1,53	1,18	10,04	56,80	0,00
Итого			450	4,67	5,42	343,42	277,43	17,04
Всего				44,46	50,21	568,38	1 766,70	25,92

Составлено меню: 21/05

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад №328" г.о.Самара

/Болгова Г. А.



МЕНЮ
14 мая 2026 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	417	КАША КУКУРУЗНАЯ, МОЛОЧНАЯ.	200	5,46	6,10	25,36	180,46	1,20
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,32	4,69	18,61	135,36	0,76
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	38/5	2,92	5,75	18,92	143,08	0,00
Итого			443	12,70	16,54	62,89	458,90	1,96
Обед								
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ.	200	3,34	4,18	20,60	136,49	5,61
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА".	50	0,84	3,11	5,25	49,54	2,16
2012	277	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ.	200	11,65	13,81	24,75	264,14	12,69
2012	376	НАПИТОК ИЗ ВИШНИ.	200	0,05	0,01	23,39	95,42	0,36
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	49	3,30	0,43	20,89	102,51	0,00
Итого			699	19,18	21,54	94,88	648,10	20,82
Полдник								
2008	147	ПЕЧЕНЬЕ.	50	4,00	7,50	37,45	225,00	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,11	0,03	7,97	32,34	0,00
Итого			250	4,11	7,53	45,42	257,34	0,02
Ужин								
2012	246	МИНТАЙ, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ.	70/25	11,99	3,03	2,76	88,34	0,67
2012	168	КАША РАССЫПЧАТАЯ ЯЧНЕВАЯ.	120	2,92	3,19	22,79	135,38	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	23,68	105,05	40,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	38	2,87	2,22	18,85	106,70	0,00
Итого			453	18,11	8,58	68,08	435,47	40,67
Всего				54,10	54,19	271,27	1 799,81	63,47

Стоимость меню 210 руб.

Утверждаю

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



МЕНЮ

13 мая 2026 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	419	КАША ЯЧНЕВАЯ, МОЛОЧНАЯ.	200	5,41	6,20	24,14	178,06	0,64
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,86	3,08	19,86	120,18	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	2,98	5,91	19,34	146,60	0,00
Итого			445	11,25	15,19	63,34	444,84	1,16
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ.	200	5,73	4,20	25,18	166,08	5,36
2012	279	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ.	40/30	9,74	14,46	7,20	189,08	1,48
2012	314	КАША РАССЫПЧАТАЯ, ГРЕЧНЕВАЯ.	150	5,52	4,26	30,26	185,44	0,00
2012	371	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК.	200	0,04	0,04	23,53	96,21	0,42
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,37	0,44	21,35	104,76	0,00
Итого			670	24,40	23,40	107,52	741,57	7,26
Полдник								
2012	461	ПЛЮШКА С САХАРОМ.	80	6,71	7,31	43,83	269,83	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,43	4,81	19,05	138,67	0,78
Итого			280	11,14	12,12	62,88	408,50	0,78
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.	155	7,78	11,09	4,83	155,18	0,51
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	8,01	32,49	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	38	2,93	2,27	19,27	109,04	0,00
Итого			453	12,63	14,15	44,03	361,83	2,93
Всего				59,42	64,86	277,77	1 956,74	12,13

Сумма мяса: 210г

Утверждаю

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



МЕНЮ

8 мая 2026 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	6,07	7,30	25,75	197,20	0,66
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,93	3,15	19,94	121,38	0,53
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	3,14	6,02	20,37	152,31	0,00
Итого			445	12,14	16,47	66,06	470,89	1,19
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ.	200	3,03	4,04	23,33	145,14	4,09
2012	214	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ.	50	0,85	3,04	10,22	70,06	1,93
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ .	200	7,88	15,76	28,89	288,86	14,14
2012	371	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК .	200	0,04	0,04	23,58	96,43	0,44
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	47	3,14	0,41	19,89	97,60	0,00
Итого			697	14,94	23,29	105,91	698,09	20,60
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ .	80	13,38	9,41	32,50	269,80	0,22
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	7,99	32,44	0,02
2012	319	КАША РАССЫПЧАТАЯ . ГРЕЧНЕВАЯ , СЛАДКАЯ.	120	3,66	3,06	24,83	144,61	0,08
Итого			400	17,16	12,50	65,32	446,85	0,24
Всего				44,24	52,26	237,29	1 615,83	22,03

Стоимость меню: 140р

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 мая 2026 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ПШЕНО).	200	5,34	7,10	20,70	176,78	0,73
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,41	4,79	19,01	138,17	0,78
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	3,14	6,03	20,37	152,42	0,00
Итого			445	12,89	17,92	60,08	467,37	1,51
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ.	200	3,51	4,12	186,06	135,29	10,51
2008	56	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	52	0,96	4,48	3,88	59,90	1,45
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ.	200	12,87	15,18	38,84	336,37	1,61
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ.	200	0,50	0,03	23,48	98,94	0,16
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	53	3,56	0,47	22,50	110,40	0,00
Итого			705	21,40	24,28	274,76	740,90	13,73
Полдник								
2008	469	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ.	116	0,47	0,47	11,41	54,73	11,64
2008	147	ПЕЧЕНЬЕ.	30	2,40	4,50	22,47	135,00	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	7,99	32,44	0,02
Итого			346	2,99	5,00	41,87	222,17	11,66
Ужин								
2012	418	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ.	210	6,11	7,01	25,50	201,66	0,66
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ.	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,49	0,20	26,02	118,82	60,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,09	2,39	20,30	114,91	0,00
Итого			470	12,17	11,84	71,96	466,04	60,66
Всего				49,45	59,04	448,67	1 896,48	87,58

Сумма меню: 210р

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад №328" г.о. Самара

Болгова Г. А./

МЕНЮ

6 мая 2026 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	6,46	7,51	25,05	198,07	0,88
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,92	3,14	19,93	121,19	0,53
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	41/6	3,17	6,76	20,54	160,66	0,00
Итого			447	12,55	17,41	65,52	479,92	1,41
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ.	200	7,56	4,03	28,95	185,98	4,08
2012	190	МАКАРОНИК С МЯСОМ КУР.	200	18,17	17,90	37,73	377,88	0,58
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ.	30	0,88	2,99	6,13	55,39	0,79
2012	377	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА.	200	0,22	0,05	24,44	101,36	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	47	3,17	0,42	20,05	98,40	0,00
Итого			677	30,00	25,39	117,30	819,01	5,45
Полдник								
2012	455	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ.	80	6,01	6,02	41,75	246,25	0,04
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.	201	5,65	6,23	9,16	116,85	1,04
Итого			281	11,66	12,25	50,91	363,10	1,08
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.	41	3,11	2,41	20,46	115,78	0,00
Итого			451	12,77	14,22	45,13	367,32	2,92
Всего				66,98	69,27	278,86	2 029,35	10,86

Стоимость меню: 210р

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ "Детский сад №326" г.о. Самара
Болгова Г. А./**МЕНЮ**
5 мая 2026 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	415	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ.	200	5,01	6,24	26,65	186,82	0,66
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ .	200	4,40	4,75	20,01	141,80	0,81
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	3,21	6,06	20,84	154,90	0,00
Итого			445	12,62	17,05	67,50	483,52	1,47
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАЛУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ.	200	3,12	3,57	194,32	161,16	10,60
2012	314	КАША РАССЫПЧАТАЯ , ГРЕЧНЕВАЯ.	150	5,48	4,25	30,12	184,57	0,00
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ .	30	0,79	2,99	5,66	53,11	0,79
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	80	12,97	18,24	9,54	254,55	0,54
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	23,68	105,05	40,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	48	3,22	0,42	20,37	99,97	0,00
Итого			708	25,91	29,61	283,79	858,41	51,93
Полдник								
2012	246	СУШКИ ПРОСТЫЕ.	50	5,29	5,34	33,47	198,85	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,50	4,88	19,14	139,99	0,80
Итого			250	9,79	10,22	52,61	338,84	0,80
Ужин								
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ.	160	3,56	4,94	23,48	157,37	11,34
2008	56	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	60	1,11	5,16	4,46	69,03	1,68
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	26,35	102,81	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	2,29	1,77	15,09	85,42	0,00
Итого			450	6,96	11,87	69,38	414,63	13,02
Всего				55,28	68,75	473,28	2 095,40	67,22

Страница меню: 210/2

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад"

**МЕНЮ**

4 мая 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ .	200	5,83	6,35	25,4	
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,86	3,08	19,9	
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	41/5	3,21	6,06	20,8	
Итого			446	11,90	15,49	66,1	
Обед							
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ .	200	3,16	3,32	22,9	
2012	298	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С РИСОМ И МЯСОМ КУР.	200	13,76	15,60	760,8	
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ.	200	0,21	0,04	25,7	
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	48	3,22	0,42	20,5	
Итого			648	20,35	19,38	829,7	
Полдник							
2012	493	ПРЯНИК.	50	3,18	3,18	36,8	
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	26,3	
Итого			250	3,18	3,18	63,1	
Ужин							
2012	418	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ.	150	3,38	3,99	22,6	
2012	257	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ.	85	14,71	4,25	4,4	
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,03	7,7	
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	35	2,70	2,09	17,7	
Итого			470	20,91	10,36	52,8	
Всего				56,34	48,41	1 011,6	

Суммарность меню: 210р