

Утверждаю
УТВЕРЖДАЮ

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

МЕНЮ

29 мая 2024 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	416	КАША МАННАЯ, МОЛОЧНАЯ.	200	6,37	7,40	22,07	183,75	0,86
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,86	3,08	15,18	100,68	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	3,12	3,88	20,33	133,22	0,00
Итого			445	12,35	14,36	57,58	417,65	1,38
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ.	200	6,43	2,82	19,23	131,02	3,94
2012	189	МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	200	19,33	18,98	37,06	401,85	0,44
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ.	30	0,83	2,19	4,41	41,03	0,75
2012	376	НАПИТОК ИЗ ВИШНИ.	200	0,05	0,01	15,20	61,39	0,40
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	47	3,12	0,41	19,95	95,98	0,00
Итого			677	29,76	24,41	95,85	731,27	5,53
Полдник								
2012	455	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ.	80	5,95	5,21	42,08	241,04	0,04
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.	199	5,59	6,16	9,05	115,55	1,03
Итого			279	11,54	11,37	51,13	356,59	1,07
Ужин								
2012	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ.	200	3,58	4,10	21,79	141,90	10,31
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,00	8,00	32,43	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,09	0,25	20,29	95,77	0,00
Итого			440	6,79	4,35	50,08	270,10	10,33
Всего				60,44	54,49	254,64	1 775,61	18,31

отдел мед. меню: 149/

Утверждаю

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

МЕНЮ
28 мая 2024 г.

Сад 12 часов

Болгова



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	4,93	6,16	23,50	172,90	0,65
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ .	200	4,32	4,64	16,72	127,05	0,80
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	3,06	3,86	20,04	131,62	0,00
Итого			445	12,31	14,66	60,26	431,57	1,45
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ.	200	1,79	2,47	10,24	73,99	10,43
2008	45	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ.	50	0,38	0,05	0,81	6,22	2,39
2012	127	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ.	120	13,38	5,15	27,97	217,09	0,00
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	80	13,44	18,10	7,73	247,62	0,48
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	14,37	66,25	40,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	52	3,45	0,46	22,12	106,41	0,00
Итого			702	32,77	26,37	83,24	717,58	53,30
Полдник								
2012	493	ПРЯНИК.	50	3,15	3,15	34,44	174,60	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	16,42	65,68	0,00
Итого			250	3,15	3,15	50,86	240,28	0,00
Ужин								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ.	230	6,18	6,50	22,76	177,47	0,79
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,34	4,72	16,51	127,09	0,77
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	28	2,13	0,17	14,00	66,07	0,00
Итого			458	12,65	11,39	53,27	370,63	1,56
Всего				60,88	55,57	247,63	1 760,06	56,31

Итого меню: 179р

Утверждаю

Заведующая
МБДОУ "Детский сад №328" г.о. Самара

/Болгова Г.А./

МЕНЮ

27 мая 2024 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	5,76	6,19	21,96	170,16	0,64
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,84	3,07	15,15	100,28	0,51
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	38/5	2,90	3,86	18,94	126,66	0,00
Итого			443	11,50	13,12	56,05	397,10	1,15
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ .	200	2,00	2,36	13,64	87,32	4,00
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ КУР.	200	12,56	16,35	13,00	243,98	21,91
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ.	200	0,21	0,04	15,97	62,37	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	49	3,26	0,43	20,90	100,58	0,00
Итого			649	18,03	19,18	63,51	494,25	25,91
Полдник								
2008	147	ПЕЧЕНЬЕ.	50	3,75	34,50	37,45	220,00	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	16,42	65,68	0,00
Итого			250	3,75	34,50	53,87	285,68	0,00
Ужин								
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ.	100	25,29	11,74	6,49	234,69	0,47
2012	418	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ.	130	2,89	2,79	17,59	109,68	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,00	8,00	32,47	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	28	2,15	0,17	14,16	66,83	0,00
Итого			458	30,45	14,70	46,24	443,67	0,49
Всего				63,73	81,50	219,67	1 620,70	27,55

Составлено мам. 17.05.24

Утверждаю

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

МЕНЮ
24 мая 2024 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	5,55	6,46	23,09	176,17	0,62
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	3,04	3,16	15,31	102,24	0,24
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	42/5	3,21	3,89	20,98	136,21	0,00
Итого			447	11,80	13,51	59,38	414,62	0,86
Обед								
2012	63	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ.	200/3	1,85	2,68	11,73	82,55	6,00
2008	56	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	50	0,91	4,30	3,72	57,40	1,39
2012	190	МАКАРОННИК С МЯСОМ КУР .	200	18,29	24,73	37,32	443,40	0,41
2012	377	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА .	200	0,22	0,05	16,06	65,96	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,29	0,44	21,05	101,28	0,00
Итого			703	24,56	32,20	89,88	750,59	7,80
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ .	95	15,38	10,98	40,32	323,27	0,15
2012	404	ВАРЕНЕЦ .	207	5,62	5,01	8,43	102,35	0,58
Итого			302	21,00	15,99	48,75	425,62	0,73
Ужин								
2012	345	РАГУ ОВОЩНОЕ .	210	2,93	5,05	15,19	118,65	16,11
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,00	9,93	40,19	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	42	3,18	0,26	20,94	98,81	0,00
Итого			452	6,23	5,31	46,06	257,65	16,13
Всего				63,59	67,01	244,07	1 848,48	25,52

Сметы составлены на сумму: 1499р

Утверждаю

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

МЕНЮ
23 мая 2024 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	5,59	6,95	20,63	170,92	1,23
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,39	4,76	16,57	127,84	0,78
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	30/5	2,29	3,79	14,96	107,71	0,00
Итого			435	12,27	15,50	52,16	406,47	2,01
Обед								
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ,	200	1,82	2,86	10,86	80,49	5,47
2008	45	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ,	56	0,45	0,06	0,95	7,25	2,79
2012	277	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ.	200	12,88	18,12	24,11	305,49	12,51
2012	376	НАПИТОК ИЗ ВИШНИ.	200	0,05	0,01	15,14	61,12	0,36
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	49	3,22	0,43	20,62	99,22	0,00
Итого			705	18,42	21,48	71,68	553,57	21,13
Полдник								
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ.	30/41	2,36	0,17	40,85	174,49	0,08
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,00	9,92	40,16	0,02
Итого			271	2,48	0,17	50,77	214,65	0,10
Ужин								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ,	210	5,76	6,01	23,41	175,06	0,63
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,49	0,20	16,64	79,65	59,46
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ.	20	2,47	2,24	0,14	30,61	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	22	1,70	0,14	11,19	52,80	0,00
Итого			452	10,42	8,59	51,38	338,12	60,09
Всего				43,59	45,74	225,99	1 512,81	83,33

Составлено меню: 14.9

Утверждаю

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



МЕНЮ

22 мая 2024 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	416	КАША МАННАЯ,МОЛОЧНАЯ.	200	6,46	8,91	23,44	204,93	0,88
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,91	3,13	15,31	101,87	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	3,17	4,62	20,70	142,45	0,00
Итого			445	12,54	16,66	59,45	449,25	1,40
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ .	200	4,39	2,68	15,50	107,91	5,28
2012	187	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С МЯСОМ И ПОДЛИВОЙ.	200/30	15,30	13,79	33,97	322,93	1,38
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ.	60	1,00	2,99	2,88	43,56	5,70
2012	375	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ.	200	0,06	0,02	14,97	60,70	4,75
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	49	3,24	0,43	20,76	99,90	0,00
Итого			739	23,99	19,91	88,08	635,00	17,11
Полдник								
2012	461	ПЛЮШКА С САХАРОМ.	80	6,73	7,34	42,65	265,21	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	205	4,50	4,87	16,73	130,07	0,80
Итого			285	11,23	12,21	59,38	395,28	0,80
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.	150	7,73	10,35	4,76	147,43	0,51
2002	345	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	61	1,83	0,12	3,84	23,65	2,44
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,00	8,02	32,54	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	41	3,14	0,26	20,65	97,47	0,00
Итого			452	12,82	10,73	37,27	301,09	2,97
Всего				60,58	59,51	244,18	1 780,62	22,28

Всего блюд меню: 149

Утверждаю

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

МЕНЮ
21 мая 2024 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								
			200	4,35	4,63	20,28	142,86	0,45
2012	419	КАША ЯЧНЕВАЯ, МОЛОЧНАЯ.	200	4,27	4,58	16,66	126,09	0,79
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ .	40/5	3,19	3,89	20,83	135,53	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	445	11,81	13,10	57,77	404,48	1,24
Итого								
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ.	200	2,08	2,89	14,17	95,42	4,75
2012	314	КАША РАССЫПЧАТАЯ , ГРЕЧНЕВАЯ.	150	5,49	4,24	24,81	162,67	0,00
2012	278	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА .	40/30	11,35	19,63	5,20	243,04	1,25
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	14,37	66,25	40,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	49	3,26	0,43	20,90	100,58	0,00
Итого			669	22,51	27,33	79,45	667,96	46,00
Полдник								
2008	147	ПЕЧЕНЬЕ.	50	3,75	34,50	37,45	220,00	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	16,42	65,68	0,00
Итого			250	3,75	34,50	53,87	285,68	0,00
Ужин								
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	160	5,24	4,46	31,85	193,13	0,00
2008	56	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	60	1,11	5,17	4,47	69,10	1,68
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,35	4,71	16,50	127,11	0,77
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	2,30	0,19	15,12	71,37	0,00
Итого			450	13,00	14,53	67,94	460,71	2,45
Всего				51,07	89,46	259,03	1 818,83	49,69

Составлено мамой: ТУДР

Утверждаю

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

МЕНЮ
20 мая 2024 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	418	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ.	200	5,83	6,52	22,70	176,47	0,65
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,88	3,10	15,22	101,14	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	42/5	3,23	3,88	21,12	136,85	0,00
Итого			447	11,94	13,50	59,04	414,46	1,17
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ.	200/3	3,78	3,15	19,09	123,21	4,05
2012	338	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР.	200	13,99	18,09	11,47	260,39	37,61
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ.	200	0,50	0,03	14,63	61,20	0,16
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			653	21,58	21,71	66,39	547,28	41,82
Полдник								
2012	493	ПРЯНИК.	50	3,15	3,15	34,44	174,60	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ.	200	0,00	0,00	16,42	65,68	0,00
Итого			250	3,15	3,15	50,86	240,28	0,00
Ужин								
2012	248	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ.	210	23,40	10,53	2,67	201,54	1,97
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,13	0,00	7,98	32,40	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	42	3,21	0,26	21,08	99,50	0,00
Итого			452	26,74	10,79	31,73	333,44	1,99
Всего				63,41	49,15	208,02	1 535,46	44,98

составить меню: 179г

Утверждаю

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



МЕНЮ
17 мая 2024 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	6,18	7,30	21,37	179,26	0,42
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,82	3,03	15,12	99,75	0,51
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	2,99	3,88	19,48	129,29	0,00
Итого			445	11,99	14,21	55,97	408,30	0,93
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ.	200	1,65	2,88	13,65	91,18	3,97
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА",	50	0,80	3,05	4,65	49,19	2,18
2008	181	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ.	150	4,46	5,15	31,56	189,82	0,00
2012	279	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ .	45/30	10,99	16,39	4,38	198,72	0,49
2012	377	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА .	200	0,22	0,05	16,06	65,96	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	51	3,36	0,45	21,49	103,42	0,00
Итого			726	21,48	27,97	91,79	698,29	6,64
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ".	80	7,75	6,67	40,25	255,82	0,07
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,13	0,00	8,03	32,59	0,02
Итого			280	7,88	6,67	48,28	288,41	0,09
Ужин								
2012	236	ЛАКОМКА ТВОРОЖНАЯ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ.	165/50	22,06	15,48	28,82	393,14	0,27
2012	403	ЙОГУРТ.	196	5,34	4,76	8,59	107,70	0,55
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	39	2,96	0,24	19,44	91,73	0,00
Итого			450	30,36	20,48	56,85	592,57	0,82
Всего				71,71	69,33	252,89	1 987,57	8,48

Составлено меню: Г.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ

16 мая 2024 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ПШЕНО).	200	3,98	6,62	10,32	120,67	0,73
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,44	4,81	16,64	128,83	0,78
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	38/5	2,92	3,87	19,07	127,28	0,00
Итого			443	11,34	15,30	46,03	376,78	1,51
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ.	200	2,00	2,80	10,44	79,56	10,40
2008	56	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	50	0,91	4,30	3,72	57,40	1,39
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ.	200	13,82	16,53	38,49	350,39	1,51
2012	375	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ.	200	0,06	0,02	14,98	60,74	4,82
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,29	0,44	21,05	101,28	0,00
Итого			700	20,08	24,09	88,68	649,37	18,12
Полдник								
2012	246	СУШКИ ПРОСТЫЕ.	50	5,29	0,63	33,37	160,54	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,00	9,93	40,19	0,02
Итого			250	5,41	0,63	43,30	200,73	0,02
Ужин								
2012	166	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ.	200	8,09	8,00	36,76	255,11	0,49
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	14,37	66,25	40,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	38	2,89	0,24	19,03	89,83	0,00
Итого			438	11,31	8,38	70,16	411,19	40,49
Всего				48,14	48,40	248,17	1 638,07	60,14

Составить меню: 179р

Утверждаю

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

МЕНЮ

15 мая 2024 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	416	КАША МАННАЯ, МОЛОЧНАЯ.	200	6,40	7,48	21,98	184,23	0,87
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,90	3,12	15,26	101,59	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	38/5	2,93	3,86	19,21	127,80	0,00
Итого			443	12,23	14,46	56,45	413,62	1,39
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ .	200	6,46	2,83	19,39	131,93	3,99
2008	45	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ,	57	0,46	0,06	0,97	7,45	2,86
2012	189	МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	200	18,83	20,31	37,41	413,20	0,47
2012	376	НАПИТОК ИЗ ВИШНИ.	200	0,05	0,01	15,16	61,20	0,38
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			707	29,11	23,65	94,13	715,76	7,70
Полдник								
2012	455	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ.	100	7,40	6,42	51,59	296,52	0,04
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.	200	5,63	6,21	9,12	116,40	1,04
Итого			300	13,03	12,63	60,71	412,92	1,08
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.	155	7,78	13,59	4,85	176,28	0,52
2002	345	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	60	1,81	0,12	3,80	23,39	2,41
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,13	0,00	7,98	32,40	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	38	2,91	0,24	19,17	90,45	0,00
Итого			453	12,63	13,95	35,80	322,52	2,95
Всего				67,00	64,69	247,09	1 864,82	13,12

Составлено меню: 17.05.24

Утверждаю

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

МЕНЮ
14 мая 2024 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	4,87	6,13	23,16	170,95	0,64
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,00	8,00	32,47	0,02
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	3,19	3,89	20,83	135,58	0,00
Итого			445	8,18	10,02	51,99	339,00	0,66
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ.	200	1,80	2,47	10,25	74,11	10,42
2012	127	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ.	120	13,41	4,46	28,02	210,32	0,00
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	80	12,92	15,58	6,96	219,66	0,16
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	14,37	66,25	40,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	49	3,26	0,43	20,90	100,58	0,00
Итого			649	31,72	23,08	80,50	670,92	50,58
Полдник								
2012	493	ПРЯНИК.	50	3,15	3,15	34,44	174,60	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	16,42	65,68	0,00
Итого			250	3,15	3,15	50,86	240,28	0,00
Ужин								
2012	419	КАША ЯЧНЕВАЯ, МОЛОЧНАЯ.	200	4,35	4,63	20,28	142,86	0,45
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,34	4,70	16,49	126,92	0,77
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ.	20	2,47	2,24	0,14	30,61	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	2,30	0,19	15,12	71,37	0,00
Итого			450	13,46	11,76	52,03	371,76	1,22
Всего				56,51	48,01	235,38	1 621,96	52,46

Стоимость меню: 1499

Утверждаю

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



МЕНЮ

13 мая 2024 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								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ .	200	5,84	6,25	22,17	171,79	0,65
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,88	3,10	15,24	101,21	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/6	3,08	4,60	20,12	139,61	0,00
Итого			446	11,80	13,95	57,53	412,61	1,17
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ.	200/3	3,92	2,76	19,72	122,22	4,25
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ КУР.	200	12,67	16,46	12,85	244,71	21,95
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ.	200	0,21	0,04	15,97	62,37	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			653	20,11	19,70	69,74	531,28	26,20
Полдник								
2008	147	ПЕЧЕНЬЕ.	50	3,75	34,50	37,45	220,00	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	29,01	116,02	0,00
Итого			250	3,75	34,50	66,46	336,02	0,00
Ужин								
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ.	100	12,30	4,94	6,75	120,90	0,47
2012	418	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ.	120	2,70	2,88	16,42	105,16	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,00	9,92	40,15	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
Итого			450	17,41	8,01	48,14	337,26	0,49
Всего				53,07	76,16	241,87	1 617,17	27,86

Стоимость меню: 1490

Утверждаю

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



МЕНЮ

8 мая 2024 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	5,58	6,23	21,26	166,56	0,30
2012	396	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ.	200	2,65	3,05	20,87	121,78	0,15
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	2,93	3,86	19,21	127,80	0,00
Итого			445	11,16	13,14	61,34	416,14	0,45
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ .	200	4,31	2,76	15,37	107,80	5,27
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ.	55	0,92	2,48	2,33	36,47	5,52
2012	187	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С МЯСОМ КУР И ПОДЛИВОЙ.	190/30	14,19	15,29	33,95	322,90	1,39
2012	375	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ.	200	0,06	0,02	14,95	60,64	4,85
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			725	22,79	20,99	87,80	629,79	17,03
Полдник								
2012	461	ПЛЮШКА С САХАРОМ.	80	6,66	7,32	42,43	263,90	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	205	4,63	4,86	16,72	129,95	0,37
Итого			285	11,29	12,18	59,15	393,85	0,37
Всего				45,24	46,31	208,29	1 439,78	17,85

Стоимость меню: 149,00

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 мая 2024 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	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ.	200	5,73	6,02	21,07	164,22	0,73
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ .	200	4,37	4,69	14,84	120,09	0,80
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	2,98	3,85	19,48	128,97	0,00
Итого			445	13,08	14,56	55,39	413,28	1,53
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ.	200	2,08	2,89	14,02	95,00	4,88
2012	314	КАША РАССЫПЧАТАЯ , ГРЕЧНЕВАЯ.	150	5,48	5,67	24,77	177,00	0,00
2012	279	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ .	40/30	10,14	15,42	4,39	187,46	0,49
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,49	0,20	16,57	79,48	60,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	51	3,36	0,45	21,49	103,42	0,00
Итого			671	21,55	24,63	81,24	642,36	65,37
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ".	60	5,89	5,38	30,48	197,21	0,13
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	16,49	65,95	0,00
Итого			260	5,89	5,38	46,97	263,16	0,13
Ужин								
2012	417	КАША КУКУРУЗНАЯ, МОЛОЧНАЯ.	215	5,84	7,20	22,43	181,44	1,28
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,36	4,74	16,54	127,41	0,77
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	39	2,96	0,24	19,44	91,73	0,00
Итого			454	13,16	12,18	58,41	400,58	2,05
Всего				53,68	56,75	242,01	1 719,38	69,08

Стоимость меню: 1497

Утверждаю

Заведующая
МБДОУ "Детский сад №328" г.о. Самара

Болгова Г.А./

МЕНЮ

6 мая 2024 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	418	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ.	200	5,78	6,49	22,47	175,13	0,64
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,86	3,08	15,22	100,81	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	3,01	3,87	19,61	129,83	0,00
Итого			445	11,65	13,44	57,30	405,77	1,16
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ,	200	1,97	2,59	13,68	88,91	3,95
2012	338	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР.	200	13,63	18,49	9,41	253,70	30,19
2012	373	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ.	200	0,21	0,04	15,97	62,37	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	51	3,38	0,45	21,65	104,15	0,00
Итого			651	19,19	21,57	60,71	509,13	34,14
Полдник								
2012	493	ПРЯНИК.	50	3,15	3,15	34,44	174,60	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ.	200	0,00	0,00	16,42	65,65	0,00
Итого			250	3,15	3,15	50,86	240,25	0,00
Ужин								
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ.	155/60	26,74	14,08	5,53	258,82	0,60
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,13	0,00	8,01	32,52	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	39	2,98	0,24	19,57	92,38	0,00
Итого			454	29,85	14,32	33,11	383,72	0,62
Всего				63,84	52,48	201,98	1 538,87	35,92

Стоимость меню: 149р

Утверждаю

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

МЕНЮ
13 мая 2024 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	5,84	6,25	22,17	171,79	0,65
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,88	3,10	15,24	101,21	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/6	3,08	4,60	20,12	139,61	0,00
			446	11,80	13,95	57,53	412,61	1,17
Итого								
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ.	200/3	3,92	2,76	19,72	122,22	4,25
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ КУР.	200	12,67	16,46	12,85	244,71	21,95
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ.	200	0,21	0,04	15,97	62,37	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
			653	20,11	19,70	69,74	531,28	26,20
Итого								
Полдник								
			50	3,75	34,50	37,45	220,00	0,00
2008	147	ПЕЧЕНЬЕ.	200	0,00	0,00	29,01	116,02	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ .	250	3,75	34,50	66,46	336,02	0,00
Итого								
Ужин								
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ.	100	12,30	4,94	6,75	120,90	0,47
2012	418	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ.	120	2,70	2,88	16,42	105,16	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,00	9,92	40,15	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
			450	17,41	8,01	48,14	337,26	0,49
Итого								
Всего								
				53,07	76,16	241,87	1 617,17	27,86

Сумма меню: 1496

Утверждаю

Заведующая
МБДОУ "Детский сад №328" г.о. Самара

/Болгова Г.А./

МЕНЮ

3 мая 2024 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	413	КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ.	200	6,09	7,29	20,96	177,10	0,51
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	3,03	3,15	15,31	102,07	0,24
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	3,00	3,88	19,60	129,82	0,00
Итого			445	12,12	14,32	55,87	408,99	0,75
Обед								
2012	87	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ И РИСОМ .	200	7,11	9,17	12,71	164,68	4,90
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	150	4,90	3,52	29,81	174,06	0,00
2012	278	ГУЛЯШ ИЗ ТУШЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО МЯСА.	40/30	6,66	10,85	4,23	141,24	1,40
2012	377	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА .	200	0,22	0,05	16,06	65,96	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,34	0,44	21,36	102,78	0,00
Итого			670	22,23	24,03	84,17	648,72	6,30
Полдник								
2008	147	ПЕЧЕНЬЕ.	30	2,24	20,65	22,41	131,65	0,00
2008	97	БАНАН СВЕЖИЙ.	166	2,49	0,83	34,90	159,53	16,62
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,13	0,00	8,02	32,59	0,02
Итого			396	4,86	21,48	65,33	323,77	16,64
Ужин								
2012	236	ЛАКОМКА ТВОРОЖНАЯ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ.	150/50	23,93	16,94	28,18	415,42	0,30
2012	403	ЙОГУРТ.	234	6,35	5,67	10,23	128,19	0,66
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	39	2,97	0,24	19,56	92,30	0,00
Итого			473	33,25	22,85	57,97	635,91	0,96
Всего				72,46	82,68	263,34	2 017,39	24,65

Составитель меню: Р.А.Р.

Утверждаю

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



МЕНЮ

2 мая 2024 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	6,38	7,44	22,89	187,41	0,87
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,40	4,78	16,60	128,21	0,78
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	30/5	2,32	3,82	15,09	108,45	0,00
Итого			435	13,10	16,04	54,58	424,07	1,65
Обед								
2012	88	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ И ПШЕНОМ .	200	7,40	9,28	12,97	167,91	5,00
2008	45	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ,	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2012	305	ПЛОВ ИЗ КОНСЕРВИРОВАННОГО ТУШЕНОГО МЯСА .	200	9,74	11,49	38,08	297,24	1,40
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ.	200	0,50	0,03	14,63	61,20	0,16
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			700	21,35	21,29	87,73	634,83	9,06
Полдник								
2012	3	БУТЕРБРОДЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ.	30/40	4,45	3,05	32,09	173,88	0,14
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,00	8,00	32,49	0,02
Итого			270	4,57	3,05	40,09	206,37	0,16
Ужин								
2012	419	КАША ЯЧНЕВАЯ, МОЛОЧНАЯ.	210	4,64	5,24	21,25	154,03	0,48
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ.	20	2,50	2,26	0,14	30,91	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,49	0,20	16,73	80,16	60,20
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
Итого			450	9,16	7,82	48,16	312,46	60,68
Всего				48,18	48,20	230,56	1 577,73	71,55

стоимость меню: 179 р