

Утверждаю

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



МЕНЮ
1 октября 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	4,92	6,17	24,19	175,68	0,65
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ .	200	4,34	4,65	16,75	127,29	0,80
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	2,96	3,87	19,33	128,48	0,00
Итого			445	12,22	14,69	60,27	431,45	1,45
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ.	200	1,78	2,48	10,21	73,96	10,40
2012	127	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ.	120	13,42	4,46	28,02	210,35	0,00
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	80	13,03	15,66	6,84	220,25	0,13
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ.	200	0,50	0,03	14,63	61,20	0,16
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,33	0,44	21,35	102,70	0,00
Итого			650	32,06	23,07	81,05	668,46	10,69
Полдник								
2012	483	ПРЯНИК.	50	3,15	3,15	34,44	174,60	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,49	4,87	16,74	130,03	0,80
Итого			250	7,64	8,02	51,18	304,63	0,80
Ужин								
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	160	4,87	3,48	29,67	173,15	0,00
2008	56	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	61	1,13	5,28	4,57	70,54	1,71
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	14,37	66,25	40,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	31	2,35	0,19	15,45	72,09	0,00
Итого			452	8,68	9,09	64,06	382,83	41,71
Всего				60,60	54,87	256,56	1 787,37	54,65

Сумма меню: 149/2

Утверждаю

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



МЕНЮ
2 октября 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	6,33	7,41	21,83	182,74	0,86
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,87	3,09	15,25	101,07	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	39/5	3,00	3,86	19,61	129,69	0,00
Итого			444	12,20	14,36	56,69	413,50	1,38
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ .	200	6,34	2,81	19,08	130,00	3,97
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	150	4,96	4,94	30,12	189,98	0,00
2012	278	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА .	40/30	11,65	12,15	5,38	177,67	1,40
2012	371	НАПИТОК ИЗ ВИШНИ.	200	0,05	0,01	15,21	61,38	0,38
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	51	3,38	0,45	21,65	104,18	0,00
Итого			671	26,38	20,36	91,44	663,21	5,75
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ .	80	14,14	9,78	32,73	277,43	0,23
2012	404	ВАРЕНЕЦ .	180	4,89	4,37	7,32	88,98	0,50
Итого			260	19,03	14,15	40,05	366,41	0,73
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.	155	7,90	11,25	5,03	158,13	0,54
2002	345	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	60	1,81	0,12	3,81	23,45	2,42
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,00	7,96	32,29	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	39	2,98	0,24	19,57	92,34	0,00
Итого			454	12,81	11,61	36,37	306,21	2,98
Всего				70,42	60,48	224,55	1 749,33	10,84

Средняя стоимость обеда: 149р

Утверждаю

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



МЕНЮ
3 октября 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ПШЕНО).	200	5,12	5,80	20,06	155,76	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,36	4,73	16,52	127,36	0,77
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	31/5	2,42	3,81	15,82	111,83	0,00
Итого			436	11,90	14,34	52,40	394,95	1,39
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ.	200	2,01	2,82	10,48	79,86	10,40
2008	45	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ.	59	0,47	0,06	1,00	7,66	2,95
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ.	200	12,47	14,83	34,07	312,75	1,40
2012	375	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ.	200	0,06	0,02	14,96	60,69	4,95
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	51	3,41	0,45	21,81	104,94	0,00
Итого			710	18,42	18,18	82,32	565,90	19,70
Полдник								
2012	2	БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ.	31/39	2,49	0,18	40,40	173,25	0,08
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,00	7,95	32,25	0,02
Итого			270	2,61	0,18	48,35	205,50	0,10
Ужин								
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ.	100	17,53	5,30	6,49	144,38	0,48
2012	418	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ.	150	2,82	3,46	17,18	114,66	0,00
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	14,37	66,25	40,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	16	1,38	0,11	9,09	42,90	0,00
Итого			468	22,06	9,01	47,13	368,19	40,48
Всего				54,99	41,71	230,20	1 534,54	61,67

Стоимость меню: 1836

Утверждаю

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



МЕНЮ
4 октября 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	413	КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ.	200	6,13	7,25	21,97	180,72	0,30
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,99	3,13	15,29	101,81	0,30
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	41/5	3,19	4,62	20,81	142,92	0,00
Итого			448	12,31	15,00	58,07	425,45	0,60
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ.	200	1,66	2,91	13,82	92,37	3,97
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С КВАШЕНОЙ КАЛУСТОЙ.	50	0,80	2,47	3,02	37,99	3,81
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ.	200	12,83	16,05	25,83	290,29	13,40
2012	377	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА.	200	0,22	0,05	16,06	65,96	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	48	3,18	0,42	20,39	98,09	0,00
Итого			698	18,69	21,90	79,12	584,70	21,18
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ".	70	6,27	6,61	30,79	211,41	0,07
2012	400	СНЕЖОК.	192	5,80	4,67	18,66	141,81	0,54
Итого			262	11,87	11,28	49,45	353,22	0,61
Ужин								
2012	166	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ.	200	8,73	7,23	39,72	261,30	0,49
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ.	20	2,50	2,26	0,14	30,88	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,00	9,93	40,16	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	41	3,16	0,26	20,76	97,98	0,00
Итого			461	14,51	9,75	70,55	430,32	0,51
Всего				57,38	57,93	257,19	1 793,69	22,90

Составлено меню 19.10

Утверждаю

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

МЕНЮ
7 октября 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	418	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ.	200	5,96	6,55	22,58	176,32	0,30
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	3,01	3,13	15,28	101,67	0,24
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	38/5	2,96	3,87	19,33	128,48	0,00
Итого			443	11,93	13,55	57,19	406,47	0,54
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ.	200	3,80	3,21	19,17	124,25	4,17
2012	338	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР.	200	13,04	18,14	9,44	248,14	30,21
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ.	200	0,50	0,03	14,63	61,20	0,16
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,33	0,44	21,35	102,70	0,00
Итого			650	20,67	21,82	64,59	536,29	34,54
Полдник								
2012	493	ПРЯНИК.	50	3,15	3,15	34,44	174,60	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ.	200	0,00	0,00	16,48	65,92	0,00
Итого			250	3,15	3,15	50,92	240,52	0,00
Ужин								
2012	248	РЫБА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ.	225	17,73	5,87	3,03	136,98	2,29
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,13	0,00	8,02	32,54	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	38	2,93	0,24	19,29	91,03	0,00
Итого			463	20,79	6,11	30,34	260,55	2,31
Всего				56,54	44,63	203,04	1 443,83	37,39

Сумма меню: 188,7

Утверждаю



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

МЕНЮ

8 октября 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	3,96	5,05	16,90	132,27	0,46
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ .	200	4,33	4,66	14,81	119,58	0,80
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	2,96	3,87	19,32	128,41	0,00
Итого			445	11,25	13,58	51,03	380,26	1,26
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ.	200	1,87	2,85	10,38	79,30	10,46
2012	127	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ.	120	13,35	4,45	27,90	209,48	0,00
2012	292	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	80	12,58	15,01	6,57	211,47	0,36
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	14,37	66,25	40,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,33	0,44	21,35	102,71	0,00
Итого			650	31,46	22,89	80,57	669,21	50,82
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	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ.	220	3,81	4,98	22,88	156,04	10,77
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,37	4,75	16,56	127,69	0,78
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	31	2,35	0,19	15,45	72,91	0,00
Итого			451	10,53	9,92	54,89	356,64	11,55
Всего				56,99	80,89	240,36	1 691,79	63,63

Составить меню: 18/9/24

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "Детский сад №328" г.о. Самара

Болгова Г.А./

МЕНЮ

9 октября 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	419	КАША ЯЧНЕВАЯ, МОЛОЧНАЯ.	200	4,36	5,05	20,31	147,38	0,45
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,84	3,06	15,16	100,27	0,51
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	35/5	2,57	3,84	16,77	116,39	0,00
Итого			440	9,77	11,95	52,24	364,04	0,96
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ .	200	4,38	2,75	15,47	108,37	5,26
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА".	50	0,80	3,07	4,65	49,35	2,18
2012	187	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С МЯСОМ И ПОДЛИВОЙ.	200	15,32	13,85	33,71	322,70	1,40
2012	377	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА .	200	0,22	0,05	16,06	65,96	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			700	24,03	20,16	91,09	648,36	8,84
Полдник								
2012	461	ПЛЮШКА С САХАРОМ.	60	5,02	5,58	31,86	198,81	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	16,44	65,75	0,00
Итого			260	5,02	5,58	48,30	264,56	0,00
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.	160	7,85	10,45	4,96	149,55	0,53
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	8,02	32,54	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	33	2,54	0,21	16,73	78,94	0,00
Итого			453	12,33	10,78	33,51	284,42	2,96
Всего				51,15	48,47	225,14	1 561,38	12,76

Суммарность меню: 1497

Утверждаю

Заведующий

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



МЕНЮ
 10 октября 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	5,56	6,93	21,53	174,31	1,22
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,36	4,74	16,55	127,40	0,77
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	38/5	2,92	3,87	19,05	127,28	0,00
Итого			443	12,84	15,54	57,13	428,99	1,99
Обед								
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ,	200	1,82	2,86	10,90	80,68	5,49
2008	45	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ,	57	0,46	0,06	0,97	7,40	2,84
2012	277	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ.	200	12,39	17,63	24,28	300,35	12,59
2012	371	НАПИТОК ИЗ ВИШНИ.	200	0,05	0,01	15,15	61,14	0,37
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,29	0,44	21,05	101,26	0,00
Итого			707	18,01	21,00	72,35	550,83	21,29
Полдник								
2012	246	СУШКИ ПРОСТЫЕ.	30	3,17	0,38	20,02	96,32	0,00
2008	469	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ.	142	0,57	0,57	13,91	66,73	14,20
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,13	0,00	8,03	32,59	0,02
Итого			372	3,87	0,95	41,96	195,64	14,22
Ужин								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ .	215	6,18	6,63	23,43	181,83	0,69
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	14,35	66,18	40,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	38	2,89	0,23	19,01	89,72	0,00
Итого			453	9,40	7,00	56,79	337,73	40,69
Всего				44,12	44,49	228,23	1 513,19	78,19

Сформировать меню: Т.В.Р.

Утверждаю



Заведующий

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

МЕНЮ

11 октября 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								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА".	200	5,46	6,34	24,16	179,27	0,64
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,84	3,06	15,18	100,42	0,51
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	38/5	2,92	3,87	19,05	127,28	0,00
Итого			443	11,22	13,27	58,39	406,97	1,15
Обед								
2012	63	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ.	200/2	1,87	1,71	11,93	73,50	6,05
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	150	4,92	3,53	29,94	174,81	0,00
2012	279	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ .	40/30	10,02	15,23	4,58	186,25	0,56
2012	375	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ.	200	0,06	0,02	14,94	60,58	4,76
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,29	0,44	21,05	101,26	0,00
Итого			672	20,16	20,93	82,44	596,40	11,37
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ .	80	13,93	10,79	32,57	286,38	0,21
2012	403	ЙОГУРТ.	200	5,42	4,84	8,73	109,44	0,56
Итого			280	19,35	15,63	41,30	395,82	0,77
Ужин								
2012	345	РАГУ ОВОЩНОЕ .	215	3,03	5,25	16,25	125,09	16,90
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,00	8,01	32,52	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	38	2,89	0,23	19,01	89,72	0,00
Итого			453	6,04	5,48	43,27	247,33	16,92
Всего				56,77	55,31	225,40	1 646,52	30,21

суммарное меню: 179р



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

МЕНЮ

14 октября 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								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ .	200	5,83	6,24	23,19	175,83	0,65
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,88	3,10	15,24	101,22	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	33/5	2,56	3,83	16,77	116,29	0,00
Итого			438	11,27	13,17	55,20	393,34	1,17
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ .	200	1,97	2,43	13,68	87,40	4,02
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ КУР.	200	13,68	18,24	15,63	276,73	27,30
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ.	200	0,21	0,04	15,97	62,37	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	49	3,24	0,43	20,75	99,85	0,00
Итого			649	19,10	21,14	66,03	526,35	31,32
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.	130	23,63	11,18	6,78	223,82	0,48
2012	418	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ.	120	2,24	2,76	13,65	91,23	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,13	0,00	7,98	32,40	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	27	2,03	0,17	13,38	63,15	0,00
Итого			477	28,03	14,11	41,79	410,60	0,50
Всего				62,15	82,92	216,89	1 615,97	32,99

Страница меню: 148/6

Утверждаю



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

МЕНЮ
15 октября 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	415	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ.	200	4,93	6,16	24,51	176,92	0,65
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ .	200	4,32	4,64	14,81	119,40	0,80
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	2,99	3,85	19,60	129,57	0,00
Итого			445	12,24	14,65	58,92	425,89	1,45
Обед								
2012	57	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ.	200	1,78	2,46	10,21	73,80	10,41
2012	314	КАША РАССЫПЧАТАЯ , ГРЕЧНЕВАЯ.	150	5,45	4,94	24,68	169,12	0,00
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ .	30	0,83	2,96	4,38	47,77	0,79
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	80	13,17	16,67	6,95	230,44	0,14
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	14,37	66,25	40,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	51	3,38	0,45	21,66	104,20	0,00
Итого			711	24,94	27,62	82,25	691,58	51,34
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	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.	160	7,76	10,36	4,82	147,92	0,52
2002	345	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	59	1,77	0,12	3,71	22,82	2,35
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,36	4,74	16,54	127,47	0,77
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	31	2,38	0,19	15,67	73,96	0,00
Итого			450	16,27	15,41	40,74	372,17	3,64
Всего				56,60	60,83	232,77	1 729,92	56,43

Стоимость меню: 189,5

Утверждаю

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

МЕНЮ
16 октября 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	416	КАША МАННАЯ,МОЛОЧНАЯ.	200	6,42	7,49	22,08	184,88	0,88
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,91	3,13	15,25	101,64	0,62
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	39/5	3,03	4,58	19,78	137,77	0,00
Итого			444	12,36	15,20	57,09	424,29	1,40
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ.	200	2,12	2,91	14,22	96,12	4,90
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	150	4,95	4,92	30,07	189,71	0,00
2012	278	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА .	45/30	11,77	14,19	5,40	196,63	1,41
2012	377	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА .	200	0,22	0,05	16,06	65,96	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	51	3,41	0,45	21,81	104,96	0,00
Итого			676	22,47	22,52	87,56	653,38	6,31
Полдник								
2012	455	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ.	80	5,89	5,95	41,53	245,31	0,04
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.	204	5,73	6,32	9,28	118,52	1,06
Итого			284	11,62	12,27	50,81	363,83	1,10
Ужин								
2012	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ.	220	3,87	5,01	23,00	157,07	10,80
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,00	8,01	32,49	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	39	3,00	0,24	19,71	93,00	0,00
Итого			459	6,99	5,25	50,72	282,56	10,82
Всего				53,44	55,24	246,18	1 724,06	19,63

Составлено меню: 14/9/24

Утверждаю



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

МЕНЮ
17 октября 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ПШЕНО).	200	5,15	5,84	20,01	156,12	0,63
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,43	4,80	16,61	128,63	0,78
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	41/5	3,15	3,88	20,56	134,24	0,00
Итого			446	12,73	14,52	57,18	418,99	1,41
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ.	200	2,00	2,79	10,42	79,41	10,35
2008	45	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ.	56	0,45	0,06	0,95	7,25	2,79
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ.	200	12,17	14,52	34,26	309,75	1,39
2012	377	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА .	200	0,22	0,05	16,06	65,96	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	49	3,22	0,43	20,61	99,19	0,00
Итого			705	18,06	17,85	82,30	561,56	14,53
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	8,01	32,49	0,02
Итого			250	5,41	0,63	41,38	193,03	0,02
Ужин								
2012	236	ЛАКОМКА ТВОРОЖНАЯ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ.	170/50	19,37	17,86	29,03	399,44	0,31
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	14,37	66,25	40,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	41	3,12	0,25	20,52	96,84	0,00
Итого			461	22,82	18,25	63,92	562,53	40,31
Всего			59,02	51,25	244,78	1 736,11	56,27	

Составлено: 17.10.2024 г.

Утверждаю

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



МЕНЮ

18 октября 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								
				6,09	7,28	22,25	182,23	0,54
2012	413	КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ.	200					
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,86	3,08	15,24	100,90	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	41/5	3,13	3,89	20,42	133,68	0,00
Итого			446	12,08	14,25	57,91	416,81	1,06
Обед								
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ СО СМЕТАНОЙ.	200/2	1,66	2,87	13,93	92,17	3,97
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ.	55	0,93	2,98	2,57	41,92	5,48
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ .	200	11,94	15,08	25,85	278,99	13,40
2012	375	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ.	200	0,06	0,02	14,97	60,69	4,70
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	48	3,20	0,43	20,47	98,51	0,00
Итого			705	17,79	21,38	77,79	572,28	27,55
Полдник								
2008	487	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ".	60	5,76	4,98	30,02	190,77	0,05
2012	404	ВАРЕНЕЦ .	201	5,45	4,87	8,18	99,28	0,56
Итого			261	11,21	9,85	38,20	290,05	0,61
Ужин								
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	150	4,90	3,52	29,82	174,14	0,00
2008	56	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	61	1,13	5,29	4,57	70,65	1,71
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,00	9,93	40,17	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	41	3,10	0,25	20,38	96,18	0,00
Итого			452	9,25	9,06	64,70	381,14	1,73
Всего				50,33	54,54	238,60	1 660,28	30,95

стоимость меню: 149/6

Утверждаю



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

МЕНЮ
21 октября 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	418	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ.	200	5,90	6,60	22,81	177,92	0,66
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,94	3,16	15,35	102,46	0,53
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	3,08	3,87	20,15	132,24	0,00
Итого			445	11,92	13,63	58,31	412,62	1,19
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ.	200	3,71	2,84	18,89	118,29	4,13
2012	338	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР.	200	12,92	18,02	9,43	246,55	30,19
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ.	200	0,21	0,04	15,97	62,37	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	48	3,15	0,42	20,20	97,19	0,00
Итого			648	19,99	21,32	64,49	524,40	34,32
Полдник								
2012	493	ПРЯНИК.	50	3,17	3,17	34,67	175,77	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ.	200	0,00	0,00	16,42	65,71	0,00
Итого			250	3,17	3,17	51,09	241,48	0,00
Ужин								
2012	248	РЫБА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ.	225	14,94	5,72	3,05	124,43	2,30
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,00	7,97	32,37	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,06	0,25	20,11	94,89	0,00
Итого			465	18,12	5,97	31,13	251,69	2,32
Всего				53,20	44,09	205,02	1 430,19	37,83

Составитель меню: Л.В.С.

Утверждаю

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



МЕНЮ

22 октября 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	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ.	200	3,94	5,01	16,99	132,16	0,45
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ .	200	4,28	4,60	16,64	126,19	0,79
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	2,99	3,85	19,60	129,57	0,00
Итого			445	11,21	13,46	53,23	387,92	1,24
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ.	200/3	2,10	2,90	14,20	95,85	4,91
2012	314	КАША РАССЫПЧАТАЯ , ГРЕЧНЕВАЯ.	150	5,45	4,94	24,68	169,12	0,00
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ .	30	0,84	2,96	4,43	48,01	0,79
2012	292	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	80	12,93	15,25	6,84	216,31	0,37
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	14,37	66,25	40,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	51	3,38	0,45	21,66	104,20	0,00
Итого			714	25,03	26,64	86,18	699,74	46,07
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	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ.	220	3,83	4,99	22,95	156,54	10,79
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,44	4,81	16,66	128,98	0,79
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	31	2,38	0,19	15,67	73,96	0,00
Итого			451	10,65	9,99	55,28	359,48	11,58
Всего				50,64	84,59	248,56	1 732,82	58,89

Всего меню: 183

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
 23 октября 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	419	КАША ЯЧНЕВАЯ, МОЛОЧНАЯ.	200	4,42	5,13	20,34	148,60	0,46
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,92	3,15	15,33	102,18	0,53
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	41/5	3,14	3,89	20,49	134,03	0,00
Итого			446	10,48	12,17	56,16	384,81	0,99
Обед								
2012	63	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ .	200	4,30	2,78	15,33	107,59	5,24
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА".	50	0,80	3,05	4,66	49,19	2,16
2012	187	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С МЯСОМ И ПОДЛИВОЙ.	180/30	16,26	14,62	34,27	335,50	1,50
2012	377	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА .	200	0,22	0,05	16,06	65,96	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	47	3,13	0,42	20,07	96,57	0,00
Итого			707	24,71	20,90	90,39	654,81	8,92
Полдник								
2012	461	ПЛЮШКА С САХАРОМ.	60	5,11	5,55	32,11	199,97	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	16,42	65,68	0,00
Итого			260	5,11	5,55	48,53	265,65	0,00
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.	150	7,87	11,18	4,98	157,09	0,53
2002	345	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	60	1,80	0,12	3,79	23,34	2,40
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,00	8,01	32,54	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	41	3,11	0,25	20,45	96,52	0,00
Итого			451	12,90	11,55	37,23	309,49	2,95
Всего				53,20	50,17	232,31	1 614,76	12,86

Верность меню: 18/10/24

Утверждаю



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

МЕНЮ

24 октября 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								
			200	5,62	7,00	21,60	175,35	1,24
2012	417	КАША КУКУРУЗНАЯ, МОЛОЧНАЯ.	200	4,43	4,81	16,65	128,76	0,78
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	40/5	3,19	3,89	20,81	135,41	0,00
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	445	13,24	15,70	59,06	439,52	2,02
Итого								
Обед								
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ.	200	1,80	2,91	10,89	81,14	5,48
2008	45	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ.	50	0,40	0,05	0,84	6,45	2,48
2012	277	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ.	210	13,18	18,78	27,06	324,80	14,03
2012	371	НАПИТОК ИЗ ВИШНИ.	200	0,05	0,01	15,21	61,43	0,40
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	48	3,18	0,42	20,38	98,06	0,00
Итого			708	18,61	22,17	74,38	571,88	22,39
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	7,99	32,44	0,02
Итого			250	5,41	0,63	41,36	192,98	0,02
Ужин								
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	150	4,91	3,51	29,89	174,37	0,00
2008	56	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	60	1,11	5,18	4,48	69,26	1,68
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	14,37	66,25	40,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	41	3,16	0,26	20,77	98,01	0,00
Итого			451	9,51	9,09	69,51	407,89	41,68
Всего				46,77	47,59	244,31	1 612,27	66,11

Стоимость меню: 1885

Утверждаю



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

МЕНЮ

25 октября 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								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА".	200	5,45	6,36	23,11	175,07	0,64
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,86	3,08	15,25	100,95	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	42/5	3,20	3,88	20,97	136,11	0,00
Итого			447	11,51	13,32	59,33	412,13	1,16
Обед								
2012	63	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ.	200/2	1,92	1,76	12,26	75,51	6,22
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	150	4,91	4,21	29,87	181,45	0,00
2012	279	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ .	40/30	10,46	15,79	4,48	192,23	0,50
2012	375	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ.	200	0,07	0,03	15,03	61,00	5,23
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ.	48	3,21	0,43	20,54	98,82	0,00
Итого			670	20,57	22,22	82,18	609,01	11,95
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ .	80	14,83	11,29	32,99	296,36	0,23
2012	400	СНЕЖОК.	210	6,11	5,09	20,38	154,87	0,59
Итого			290	20,94	16,38	53,37	451,23	0,82
Ужин								
2012	345	РАГУ ОВОЩНОЕ .	220	3,03	4,30	15,77	114,63	16,76
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,00	7,98	32,39	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	42	3,18	0,26	20,93	98,77	0,00
Итого			462	6,33	4,56	44,68	245,79	16,78
Всего				59,35	56,48	239,56	1 718,16	30,71

Специальность шеф-повар: *Т.В.Р.*

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
 28 октября 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								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ .	200	5,86	6,27	23,25	176,44	0,66
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,90	3,12	15,31	101,79	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	39/5	2,97	3,86	19,46	129,01	0,00
Итого			444	11,73	13,25	58,02	407,24	1,18
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ .	200	1,98	2,79	13,39	90,56	3,97
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ КУР.	200	13,03	17,47	15,89	268,87	27,31
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ.	200	0,21	0,04	15,97	62,37	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	51	3,36	0,45	21,50	103,45	0,00
Итого			651	18,58	20,75	66,75	525,25	31,28
Полдник								
2008	147	ПЕЧЕНЬЕ.	50	3,78	34,75	37,72	221,58	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	16,45	65,78	0,00
Итого			250	3,78	34,75	54,17	287,36	0,00
Ужин								
2012	417	КАША КУКУРУЗНАЯ, МОЛОЧНАЯ.	200	5,55	6,92	20,56	170,27	1,22
2012	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ.	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,00	7,98	32,38	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	39	2,95	0,24	19,42	91,66	0,00
Итого			479	13,58	11,65	48,23	355,60	1,24
Всего				47,67	80,40	227,17	1 575,45	33,70

Степень меню: *РЧБ*

Утверждаю



Заведующий

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

ий
за
/

МЕНЮ

29 октября 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	415	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ.	200	4,94	6,19	24,46	178,93	0,65
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ .	200	4,35	4,67	16,79	127,65	0,80
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	3,08	3,87	20,19	132,43	0,00
Итого			445	12,37	14,73	61,44	437,01	1,45
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ.	200	1,80	2,46	10,26	74,04	10,49
2012	127	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ.	120	13,28	5,13	27,76	215,71	0,00
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	80	13,58	15,97	7,83	229,32	0,48
2012	396	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	14,37	66,25	40,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	47	3,09	0,41	19,77	95,13	0,00
Итого			647	32,08	24,11	79,99	680,45	50,97
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	166	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ.	220	7,02	6,78	32,10	220,07	0,74
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,35	4,71	16,49	127,00	0,77
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	32	2,45	0,20	16,14	76,17	0,00
Итого			452	13,82	11,69	64,73	423,24	1,51
Всего				61,42	53,68	257,02	1 780,98	53,93

Составлено меню: 18/10/24

Утверждаю



Заведующий

МБДОУ "Детский сад №328" г.о. Самара

/Болгова Г.А./

МЕНЮ

30 октября 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	6,41	7,44	22,20	184,78	0,87
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,88	3,10	15,26	101,26	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	3,07	3,88	20,04	131,78	0,00
Итого			445	12,36	14,42	57,50	417,82	1,39
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ .	200	6,33	2,82	19,11	130,11	3,99
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	150	4,94	4,23	30,02	182,34	0,00
2012	278	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА .	45/30	11,86	14,27	5,39	197,66	1,40
2012	377	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА .	200	0,22	0,05	18,06	85,96	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	46	3,06	0,41	19,62	94,43	0,00
Итого			671	26,41	21,78	90,20	670,50	5,39
Полдник								
2012	455	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ.	80	5,90	5,90	41,60	245,13	0,04
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.	200	5,63	6,21	9,12	116,40	1,04
Итого			280	11,53	12,11	50,72	361,53	1,08
Ужин								
2012	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ.	215	3,89	5,03	23,05	157,63	10,82
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,00	7,98	32,39	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,04	0,25	20,00	94,38	0,00
Итого			455	7,05	5,28	51,03	284,40	10,84
Всего				57,35	53,59	249,45	1 734,25	18,70

Сумма меню: 148р.

Утверждаю

Заведующий

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

МЕНЮ
31 октября 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	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ПШЕНО).	200	5,10	5,80	19,91	155,20	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,39	4,76	16,58	127,91	0,78
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	32/5	2,46	3,82	16,07	112,99	0,00
Итого			437	11,95	14,38	52,56	396,10	1,40
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ.	200/3	2,01	2,83	10,46	80,10	10,44
2008	56	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	61	1,13	5,27	4,56	70,46	1,71
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ.	200	13,86	16,41	33,97	330,63	1,40
2012	376	НАПИТОК ИЗ ВИШНИ.	200	0,05	0,01	15,12	61,04	0,39
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	47	3,09	0,41	19,77	95,13	0,00
Итого			711	20,14	24,93	83,88	637,36	13,94
Полдник								
2012	3	БУТЕРБРОДЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ.	33/40	5,28	3,47	37,85	204,07	0,16
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	16,42	65,68	0,00
Итого			273	5,28	3,47	54,27	269,75	0,16
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.	165	8,19	14,77	5,51	192,12	0,59
2002	345	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	61	1,82	0,12	3,82	23,51	2,42
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	14,37	66,25	40,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	24	1,81	0,15	11,91	56,20	0,00
Итого			450	12,15	15,18	35,61	338,08	43,01
Всего				49,52	57,96	226,32	1 641,29	58,51

Составлено меню: 14/10