Утверждаю

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

МЕНЮ

26 февраля 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	6,01	6,56	23,87	181,77	0,30
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ .	200	4,52	4,69	14,86	120,34	0,38
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/6	3,20	4,60	20,92	143,33	0,00
Итого			**446**	**13,73**	**15,85**	**59,65**	**445,44**	**0,68**
Обед								
2012	87	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ И РИСОМ .	200	7,22	9,20	13,24	167,61	5,01
2008	45	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ,	55	0,44	0,06	0,94	7,21	2,77
2012	314	КАША РАССЫПЧАТАЯ , ГРЕЧНЕВАЯ С КОНСЕРВИРОВАНОЙ,ТУШЕННОЙ ГОВЯДИНОЙ.	200/36	12,81	10,49	31,90	276,18	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ.	200	0,50	0,03	14,63	61,20	0,16
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	47	3,12	0,41	19,95	95,98	0,00
Итого			**738**	**24,09**	**20,19**	**80,66**	**608,18**	**7,94**
Полдник								
2012	493	ПРЯНИК.	50	3,18	3,18	34,73	176,06	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	16,49	65,96	0,00
Итого			**250**	**3,18**	**3,18**	**51,22**	**242,02**	**0,00**
Ужин								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ,	220	6,40	6,67	25,00	189,33	0,72
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,41	4,79	16,61	128,32	0,78
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	42	3,17	0,26	20,87	98,51	0,00
Итого			**462**	**13,98**	**11,72**	**62,48**	**416,16**	**1,50**
Всего				**54,98**	**50,94**	**254,01**	**1 711,80**	**10,12**

Стоимость меню: 149 р

Утверждаю

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

МЕНЮ

22 февраля 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	4,38	5,41	20,42	151,58	0,45
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	4,23	4,60	17,44	129,19	0,77
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	45/6	2,95	3,87	19,24	128,08	0,00
Итого			**451**	**11,56**	**13,88**	**57,10**	**408,85**	**1,22**
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ.	200/3	2,08	2,91	10,71	82,04	10,50
2007	74	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО С ЛУКОМ РЕПЧАТЫМ.	50	1,30	3,78	3,25	52,10	1,96
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ.	220	14,55	17,18	34,24	340,60	1,39
2012	375	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ.	200	0,08	0,03	15,09	61,45	6,07
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	49	3,22	0,43	20,64	99,32	0,00
Итого			**722**	**21,23**	**24,33**	**83,93**	**635,51**	**19,92**
Полдник								
2012	461	ПЛЮШКА С САХАРОМ.	80	6,70	7,36	42,69	265,52	0,00
2012	403	ЙОГУРТ.	200	5,43	4,85	8,75	109,63	0,56
Итого			**280**	**12,13**	**12,21**	**51,44**	**375,15**	**0,56**
Всего				**44,92**	**50,42**	**192,47**	**1 419,51**	**21,70**

Стоимость меню: 179р

Утверждаю

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

МЕНЮ

21 февраля 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	6,36	7,42	22,93	187,25	0,86
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,39	4,77	16,58	127,96	0,78
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	39/5	2,96	3,86	19,41	128,73	0,00
Итого			**444**	**13,71**	**16,05**	**58,92**	**443,94**	**1,64**
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ .	200	6,36	2,82	19,28	131,01	4,07
2012	322	САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ И РЕПЧАТОГО ЛУКА С МАСЛОМ.	50	0,45	3,21	1,33	36,92	1,18
2012	189	МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	200	20,48	23,94	37,56	455,83	0,53
2012	376	НАПИТОК ИЗ ВИШНИ.	200	0,06	0,02	10,49	42,69	0,47
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	49	3,25	0,43	20,82	100,19	0,00
Итого			**699**	**30,60**	**30,42**	**89,48**	**766,64**	**6,25**
Полдник								
2012	455	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С ПОВИДЛОМ.	100	7,35	7,44	51,52	305,02	0,04
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.	197	5,55	6,13	9,00	114,87	1,03
Итого			**297**	**12,90**	**13,57**	**60,52**	**419,89**	**1,07**
Ужин								
2012	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ.	230	4,03	4,51	24,05	157,14	11,29
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,00	7,97	32,35	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	39	2,94	0,24	19,37	91,40	0,00
Итого			**469**	**7,09**	**4,75**	**51,39**	**280,89**	**11,31**
Всего				**64,30**	**64,79**	**260,31**	**1 911,36**	**20,27**

Стоимость меню: 199р

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 февраля 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	415	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ.	200	4,93	6,18	24,27	176,11	0,65
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,88	3,10	15,25	101,24	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	38/5	2,92	3,87	19,07	127,30	0,00
Итого			**443**	**10,73**	**13,15**	**58,59**	**404,65**	**1,17**
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ.	200	1,84	2,49	10,48	75,24	10,50
2012	127	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ.	120	13,43	5,16	28,06	217,80	0,00
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	80	14,50	19,20	6,75	257,74	0,49
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	14,37	66,25	40,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	48	3,20	0,42	20,46	98,46	0,00
Итого			**648**	**33,30**	**27,41**	**80,12**	**715,49**	**50,99**
Полдник								
2012	493	ПРЯНИК.	50	3,15	3,15	34,44	174,60	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ .	200	4,27	4,58	14,72	118,28	0,79
Итого			**250**	**7,42**	**7,73**	**49,16**	**292,88**	**0,79**
Ужин								
2012	419	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ.	222	8,06	7,77	27,29	214,28	0,36
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,57	4,81	16,64	128,67	0,36
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	28	2,17	0,18	14,28	67,37	0,00
Итого			**450**	**14,80**	**12,76**	**58,21**	**410,32**	**0,72**
Всего				**66,25**	**61,05**	**246,08**	**1 823,34**	**53,67**

Стоимость меню: 139р.

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 февраля 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	5,94	6,20	23,31	175,81	0,30
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ .	200	4,44	4,61	14,73	118,68	0,38
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	39/5	2,96	3,86	19,41	128,73	0,00
Итого			**444**	**13,34**	**14,67**	**57,45**	**423,22**	**0,68**
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ .	200	2,15	2,04	14,72	88,20	4,09
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ КУР.	200	16,23	21,11	15,53	309,73	27,29
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ.	200	0,21	0,04	15,97	62,37	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	49	3,25	0,43	20,82	100,19	0,00
Итого			**649**	**21,84**	**23,62**	**67,04**	**560,49**	**31,38**
Полдник								
2008	147	ПЕЧЕНЬЕ.	50	3,75	34,50	37,45	220,00	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,40	4,78	16,60	128,21	0,78
Итого			**250**	**8,15**	**39,28**	**54,05**	**348,21**	**0,78**
Ужин								
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ.	151/60	33,11	12,89	5,32	272,41	0,58
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	21,26	85,03	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	39	2,94	0,24	19,37	91,40	0,00
Итого			**450**	**36,05**	**13,13**	**45,95**	**448,84**	**0,58**
Всего				**79,38**	**90,70**	**224,49**	**1 780,76**	**33,42**

стоимость меню: 179р

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 февраля 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	5,63	6,97	21,84	176,13	1,24
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,41	4,78	16,60	128,33	0,78
2012	3	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ.	41/13	6,04	3,97	20,44	142,44	0,09
Итого			**454**	**16,08**	**15,72**	**58,88**	**446,90**	**2,11**
Обед								
2012	63	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ.	200/3	1,94	1,84	12,29	76,64	6,23
2007	74	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО С ЛУКОМ РЕПЧАТЫМ.	50	1,30	3,01	3,26	45,26	1,96
2012	187	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ПОДЛИВОЙ.	190/30	16,73	18,14	33,70	355,13	1,38
2012	377	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА .	200	0,22	0,05	16,06	65,96	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ.	52	3,43	0,46	21,98	105,76	0,00
Итого			**725**	**23,62**	**23,50**	**87,29**	**648,75**	**9,57**
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ .	100	17,94	12,39	40,74	348,40	0,28
2012	404	ВАРЕНЕЦ .	222	6,03	5,39	9,05	109,93	0,62
Итого			**322**	**23,97**	**17,78**	**49,79**	**458,33**	**0,90**
Ужин								
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	150	4,95	3,51	30,13	175,44	0,00
2008	56	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	60	1,11	5,16	4,47	69,04	1,68
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ .	200	4,35	4,66	14,80	119,66	0,80
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	41	3,11	0,25	20,44	96,48	0,00
Итого			**451**	**13,52**	**13,58**	**69,84**	**460,62**	**2,48**
Всего				**77,19**	**70,58**	**265,80**	**2 014,60**	**15,06**

Стоимость меню: 199 р

Утверждаю

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

МЕНЮ

15 февраля 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	6,31	7,38	22,77	186,15	0,86
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	4,25	4,62	17,44	129,47	0,77
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	3,10	3,87	20,30	132,93	0,00
Итого			**445**	**13,66**	**15,87**	**60,51**	**448,55**	**1,63**
Обед								
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ.	200	1,84	3,00	11,09	83,13	5,54
2012	322	САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ И РЕПЧАТОГО ЛУКА С МАСЛОМ.	60	0,55	3,01	1,89	37,88	2,83
2012	277	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ.	200	14,62	20,39	23,34	327,46	11,70
2012	376	НАПИТОК ИЗ ВИШНИ.	200	0,07	0,02	10,53	42,86	0,50
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	51	3,40	0,45	21,78	104,79	0,00
Итого			**711**	**20,48**	**26,87**	**68,63**	**596,12**	**20,57**
Полдник								
2012	246	СУШКИ ПРОСТЫЕ.	50	5,34	0,64	33,68	162,01	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ.	200/10	0,18	0,01	8,14	34,23	0,90
Итого			**260**	**5,52**	**0,65**	**41,82**	**196,24**	**0,90**
Ужин								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА",	220	7,26	8,22	28,08	219,38	0,94
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	16,22	64,87	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,08	0,25	20,26	95,60	0,00
Итого			**460**	**10,34**	**8,47**	**64,56**	**379,85**	**0,94**
Всего				**50,00**	**51,86**	**235,52**	**1 620,76**	**24,04**

стоимость меню 117р

Утверждаю

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

МЕНЮ

14 февраля 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	5,17	6,60	18,66	158,68	0,62
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,41	4,79	16,62	128,49	0,78
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/6	3,00	4,57	19,59	136,89	0,00
Итого			**446**	**12,58**	**15,96**	**54,87**	**424,06**	**1,40**
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ .	200	4,36	2,75	15,60	108,76	5,37
2012	36	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ.	50	0,78	2,47	2,59	36,34	4,03
2012	189	МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	200	21,72	20,38	37,12	422,33	0,46
2012	375	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ.	200	0,08	0,03	10,22	42,00	6,18
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,28	0,44	21,01	101,08	0,00
Итого			**700**	**30,22**	**26,07**	**86,54**	**710,51**	**16,04**
Полдник								
2012	461	ПЛЮШКА С САХАРОМ.	80	6,72	7,40	42,70	265,99	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	16,49	65,96	0,00
Итого			**280**	**6,72**	**7,40**	**59,19**	**331,95**	**0,00**
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.	155	7,89	9,81	5,01	143,38	0,54
2002	345	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	59	1,76	0,12	3,75	23,08	2,38
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,00	7,96	32,31	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	39	2,97	0,24	19,54	92,21	0,00
Итого			**453**	**12,76**	**10,17**	**36,26**	**290,98**	**2,94**
Всего				**62,28**	**59,60**	**236,86**	**1 757,50**	**20,38**

Стоимость меню: 149р

Утверждаю

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

МЕНЮ

8 февраля 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	4,40	5,12	20,31	148,36	0,46
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	4,35	4,71	17,58	131,30	0,79
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	30/5	2,28	3,82	14,83	107,31	0,00
Итого			**435**	**11,03**	**13,65**	**52,72**	**386,97**	**1,25**
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ.	200/3	2,07	2,90	10,67	81,97	10,50
2007	74	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО С ЛУКОМ РЕПЧАТЫМ.	50	1,27	3,77	3,16	51,60	1,90
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ.	200	14,81	17,48	33,83	342,52	1,38
2012	375	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ.	200	0,08	0,03	10,23	42,03	6,24
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			**703**	**21,54**	**24,62**	**79,09**	**620,10**	**20,02**
Полдник								
2012	3	БУТЕРБРОДЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ.	29/41	5,09	3,54	36,71	199,31	0,16
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,13	0,00	8,03	32,60	0,02
Итого			**270**	**5,22**	**3,54**	**44,74**	**231,91**	**0,18**
Ужин								
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.	170	8,14	14,69	5,43	190,96	0,58
2002	345	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	60	1,80	0,12	3,78	23,28	2,40
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	14,37	66,25	40,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	20	1,50	0,12	9,86	46,52	0,00
Итого			**450**	**11,77**	**15,07**	**33,44**	**327,01**	**42,98**
Всего				**49,56**	**56,88**	**209,99**	**1 565,99**	**64,43**

Стоимость меню: 148р

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 февраля 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	6,33	7,44	22,55	185,77	0,86
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,40	4,77	16,59	128,13	0,78
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	3,05	3,88	19,93	131,35	0,00
Итого			**445**	**13,78**	**16,09**	**59,07**	**445,25**	**1,64**
Обед								
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ .	200	6,54	2,83	19,75	133,73	4,16
2012	322	САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ И РЕПЧАТОГО ЛУКА С МАСЛОМ.	50	0,48	3,27	1,99	40,10	1,36
2012	189	МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	200	21,76	20,41	37,39	423,90	0,58
2012	376	НАПИТОК ИЗ ВИШНИ.	200	0,06	0,02	10,51	42,79	0,49
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,34	0,44	21,39	102,90	0,00
Итого			**700**	**32,18**	**26,97**	**91,03**	**743,42**	**6,59**
Полдник								
2012	455	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С ПОВИДЛОМ.	100	7,39	7,36	52,13	306,95	0,04
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.	203	5,70	6,30	9,24	117,97	1,06
Итого			**303**	**13,09**	**13,66**	**61,37**	**424,92**	**1,10**
Ужин								
2012	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ.	220	4,07	4,82	24,10	160,30	11,31
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,13	0,00	8,01	32,53	0,02
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,02	0,25	19,89	93,88	0,00
Итого			**460**	**7,22**	**5,07**	**52,00**	**286,71**	**11,33**
Всего				**66,27**	**61,79**	**263,47**	**1 900,30**	**20,66**

Стоимость меню: 179

Утверждаю

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

МЕНЮ

6 февраля 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	415	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ.	200	4,92	6,14	24,62	177,11	0,64
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	2,85	3,07	15,23	100,82	0,52
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	39/5	2,99	3,85	19,58	129,48	0,00
Итого			**444**	**10,76**	**13,06**	**59,43**	**407,41**	**1,16**
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ.	200	1,84	2,48	10,52	75,37	10,55
2012	127	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ.	120	13,39	5,15	27,99	217,19	0,00
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ.	80	13,63	18,28	8,62	253,43	0,16
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	14,37	66,25	40,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	50	3,28	0,44	21,01	101,08	0,00
Итого			**650**	**32,47**	**26,49**	**82,51**	**713,32**	**50,71**
Полдник								
2012	493	ПРЯНИК.	50	3,18	3,18	34,74	176,14	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	16,49	65,96	0,00
Итого			**250**	**3,18**	**3,18**	**51,23**	**242,10**	**0,00**
Ужин								
2012	417	КАША КУКУРУЗНАЯ, МОЛОЧНАЯ.	221	6,16	7,46	23,40	188,95	1,35
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ .	200	4,33	4,65	14,78	119,38	0,80
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	29	2,23	0,18	14,65	69,16	0,00
Итого			**450**	**12,72**	**12,29**	**52,83**	**377,49**	**2,15**
Всего				**59,13**	**55,02**	**246,00**	**1 740,32**	**54,02**

Стоимость меню: 149 р

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 февраля 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	5,71	6,11	23,04	173,60	0,63
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,12	0,00	7,96	32,30	0,02
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	42/5	3,19	3,88	20,91	135,85	0,00
Итого			**447**	**9,02**	**9,99**	**51,91**	**341,75**	**0,65**
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ .	200	2,28	2,47	15,07	95,24	4,07
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ КУР.	200	14,55	19,19	15,85	288,81	27,30
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ.	200	0,32	0,07	19,19	74,49	0,00
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	47	3,12	0,41	19,95	95,98	0,00
Итого			**647**	**20,27**	**22,14**	**70,06**	**554,52**	**31,37**
Полдник								
2008	147	ПЕЧЕНЬЕ.	50	3,75	34,50	37,45	220,00	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,45	4,82	16,67	129,10	0,79
Итого			**250**	**8,20**	**39,32**	**54,12**	**349,10**	**0,79**
Ужин								
2008	250	СУФЛЕ РЫБНОЕ.	100	14,74	8,23	6,85	161,55	0,46
2012	418	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ.	120	2,72	2,87	16,53	105,67	0,00
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	16,56	66,22	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	31	2,38	0,19	15,64	73,83	0,00
Итого			**451**	**19,84**	**11,29**	**55,58**	**407,27**	**0,46**
Всего				**57,33**	**82,74**	**231,67**	**1 652,64**	**33,27**

Стоимость меню: 178р

Утверждаю

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

МЕНЮ

2 февраля 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	5,63	6,99	21,78	176,16	1,23
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ.	200	4,42	4,80	16,63	128,63	0,78
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	40/5	2,96	3,86	19,41	128,73	0,00
Итого			**445**	**13,01**	**15,65**	**57,82**	**433,52**	**2,01**
Обед								
2012	63	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ.	200/3	1,96	1,82	12,39	76,79	6,29
2007	74	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО С ЛУКОМ РЕПЧАТЫМ.	50	1,25	3,80	3,12	51,65	1,88
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ .	200	15,81	18,62	33,90	356,16	1,38
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА.	200	0,33	0,14	14,37	66,25	40,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ.	49	3,25	0,43	20,82	100,19	0,00
Итого			**702**	**22,60**	**24,81**	**84,60**	**651,04**	**49,55**
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ .	105	17,39	12,09	40,56	342,76	0,26
2012	404	ВАРЕНЕЦ .	219	5,96	5,32	8,93	108,48	0,62
Итого			**324**	**23,35**	**17,41**	**49,49**	**451,24**	**0,88**
Ужин								
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ.	151	4,88	3,54	29,71	173,77	0,00
2008	56	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ.	60	1,11	5,18	4,48	69,27	1,68
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	16,42	65,68	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	39	2,94	0,24	19,37	91,40	0,00
Итого			**450**	**8,93**	**8,96**	**69,98**	**400,12**	**1,68**
Всего				**67,89**	**66,83**	**261,89**	**1 936,92**	**54,12**

Стоимость меню: 179,

Утверждаю

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

МЕНЮ

1 февраля 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	6,68	8,09	24,43	201,62	0,88
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ.	200	4,33	4,70	17,63	131,31	0,79
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ.	32/5	2,46	3,83	16,01	112,81	0,00
Итого			437	13,47	16,62	58,07	445,74	1,67
Обед								
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ,	200	1,89	2,94	11,17	82,96	5,60
2008	45	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ,	55	0,44	0,05	0,93	7,09	2,73
2012	277	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ.	200	14,60	20,26	23,35	326,27	11,68
2012	376	НАПИТОК ИЗ ВИШНИ.	200	0,06	0,01	10,45	42,45	0,45
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	53	3,50	0,47	22,42	107,88	0,00
Итого			708	20,49	23,73	68,32	566,65	20,46
Полдник								
2012	2	БУТЕРБРОДЫ ПОВИДЛОМ.	32/40	2,52	0,19	41,31	177,00	0,08
2012	393	ЧАЙ С САХАРОМ.	200	0,13	0,00	8,02	32,55	0,02
Итого			272	2,65	0,19	49,33	209,55	0,10
Ужин								
2012	419	КАША ЯЧНЕВАЯ, МОЛОЧНАЯ.	232	5,08	5,61	22,64	164,71	0,54
2012	380	КИСЕЛЬ .	200	0,00	0,00	16,49	65,96	0,00
2008	5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	18	1,39	0,11	9,12	43,06	0,00
Итого			450	6,47	5,72	48,25	273,73	0,54
Всего				43,08	46,26	223,97	1 495,67	22,77

Стоимость меню 179р