

УТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО:

ООО Кондитерское

МБОУ Школа №132 г.о.Самара (дошкольное отделение)

Директор



/Базаева В.А./

Директор



/Сокур Н.В./

**МЕНЮ**

на 09.01.2024 (вторник)

Дети(3-7 лет)

Диета: Без диет

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (руб.)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
<b>Завтрак</b>							
Бутерброд с маслом	25	7	85	1,64	3,71	6,78	1
Пудинг из творога (запеченный) со сгущенным молоком	115	44	279	14,79	11,48	29,25	235
Чай с молоком	180	9	84	2,43	2,55	12,94	394
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>320</b>	<b>60</b>	<b>448</b>	<b>18,86</b>	<b>17,74</b>	<b>48,97</b>	
<b>Второй завтрак</b>							
Фрукт свежий	50	8	26	0,20		5,34	1039
<b>Итого за Второй завтрак</b>	<b>50</b>	<b>8</b>	<b>26</b>	<b>0,20</b>		<b>5,34</b>	
<b>Обед</b>							
Огурец соленый	15	3	2	0,12	0,02	0,35	309
Суп картофельный с макаронными изделиями и зеленью	200/1	12	88	2,13	2,07	15,21	82
Фрикадельки из птицы	50	29	56	7,55	1,46	3,26	308
Капуста тушеная	130	12	97	2,91	4,14	12,03	336
Компот из смеси сухофруктов	180	6	140	0,40	9,55	13,08	376
Хлеб пшеничный	30	3	76	2,51	1,01	16,85	0002
Хлеб ржаной	30	3	51	2,25		9,75	0001
<b>Итого за Обед</b>	<b>636</b>	<b>68</b>	<b>510</b>	<b>17,87</b>	<b>18,25</b>	<b>70,53</b>	
<b>Полдник</b>							
Пирожок с картошкой	50	10	96	2,69	1,63	17,81	ТТК
Ряженка	100	10	74	2,82	5,28	3,73	406
<b>Итого за Полдник</b>	<b>150</b>	<b>20</b>	<b>170</b>	<b>5,51</b>	<b>6,91</b>	<b>21,54</b>	
<b>Ужин</b>							
Каша пшённая молочная жидкая с маслом	150/5	17	178	5,27	6,43	24,83	165
Чай с сахаром	180/10	2	37	0,06	0,02	9,09	392
Батон	30	4	79	2,40	1,00	15,00	0003
<b>Итого за Ужин</b>	<b>375</b>	<b>23</b>	<b>294</b>	<b>7,73</b>	<b>7,45</b>	<b>48,92</b>	
<b>Итого за 09.01.2024</b>		<b>179</b>	<b>1 448</b>	<b>50,17</b>	<b>50,35</b>	<b>195,29</b>	

Калькулятор

/Леденёва Е.А./

Повар-бригадир

/Кудапина Т.И./

УТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО:

ООО Кондитерское

МБОУ Школа №132 г.о.Самара (дошкольное отделение)

Директор

/Базаева В.А/

Директор

/Сокур Н.В/

## МЕНЮ

на 10.01.2024 (среда)

Дети(3-7 лет)

Диета: Без диет

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (руб.)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
<b>Завтрак</b>							
Бутерброд с маслом	25	7	85	1,64	3,71	6,78	1
Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая с маслом	150/5	15	149	4,47	6,92	17,17	162
Кофейный напиток с молоком	180	13	91	2,85	2,63	14,36	395
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>360</b>	<b>35</b>	<b>325</b>	<b>8,96</b>	<b>13,26</b>	<b>38,31</b>	
<b>Второй завтрак</b>							
Сок фруктовый	100	8	35	0,47		8,28	399
<b>Итого за Второй завтрак</b>	<b>100</b>	<b>8</b>	<b>35</b>	<b>0,47</b>		<b>8,28</b>	
<b>Обед</b>							
Салат из кукурузы (консервированной)	20	6	21	0,38	1,12	2,26	12
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной и зеленью	200/5/1	10	75	1,55	4,54	6,91	67
Гуляш из отварного мяса	55	36	72	7,52	3,83	1,92	277
Пюре картофельное	130	13	117	2,64	4,06	17,36	321
Напиток из свежих ягод с яблоками	180	6	80	0,05	0,05	14,36	1078
Хлеб пшеничный	30	3	76	2,51	1,01	16,85	0002
Хлеб ржаной	30	3	51	2,25		9,75	0001
<b>Итого за Обед</b>	<b>651</b>	<b>77</b>	<b>491</b>	<b>16,90</b>	<b>14,61</b>	<b>69,41</b>	
<b>Полдник</b>							
Ватрушка с повидлом	50	10	136	2,48	1,65	27,78	ТТК
Молоко кипячёное	100	10	56	2,76	2,96	4,49	400
<b>Итого за Полдник</b>	<b>150</b>	<b>20</b>	<b>192</b>	<b>5,24</b>	<b>4,60</b>	<b>32,27</b>	
<b>Ужин</b>							
Котлета рыбная запеченная	50	23	57	6,35	2,15	3,11	255
Рис отварной	100	8	133	2,38	3,41	23,24	315
Чай с сахаром и лимоном	180/10/5	4	38	0,10	0,03	9,23	393
Батон	30	4	79	2,40	1,00	15,00	0003
<b>Итого за Ужин</b>	<b>375</b>	<b>39</b>	<b>307</b>	<b>11,23</b>	<b>6,59</b>	<b>50,58</b>	
<b>Итого за 10.01.2024</b>		<b>179</b>	<b>1 350</b>	<b>42,80</b>	<b>39,06</b>	<b>198,85</b>	

Калькулятор

/Леденёва Е.А/

Повар-бригадир

/Кудапина Т.И/

УТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО:

ООО Кондитерское

МБОУ Школа №132 г.о. Самара (дошкольное отделение)

Директор



/Базаева В.А./

Директор



/Бакур Н.В./

## МЕНЮ

на 11.01.2024 (четверг)

Дети(3-7 лет)

Диета: Без диет

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (руб.)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
<b>Завтрак</b>							
Бутерброд с сыром	35	14	98	4,08	6,05	6,78	3
Омлет натуральный	120	28	184	11,71	14,21	2,11	215
Какао Хрутка с молоком	180	14	87	2,87	2,86	12,48	1044
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>335</b>	<b>56</b>	<b>369</b>	<b>18,66</b>	<b>23,12</b>	<b>21,37</b>	
<b>Второй завтрак</b>							
Фрукт свежий (яблоко)	50	8	26	0,20		5,34	1039
<b>Итого за Второй завтрак</b>	<b>50</b>	<b>8</b>	<b>26</b>	<b>0,20</b>		<b>5,34</b>	
<b>Обед</b>							
Салат из белокочанной капусты (с морковью)	30	3	24	0,44	1,34	2,58	20
Рассольник ленинградский со сметаной и зеленью	200/5/1	15	100	1,88	4,67	12,53	76
Рагу из птицы	175	40	167	8,72	6,69	17,92	290
Напиток из плодов шиповника	180	8	69	0,57	3,41	9,08	398
Хлеб пшеничный	30	3	76	2,51	1,01	16,85	0002
Хлеб ржаной	30	3	51	2,25		9,75	0001
<b>Итого за Обед</b>	<b>651</b>	<b>72</b>	<b>487</b>	<b>16,37</b>	<b>17,12</b>	<b>68,71</b>	
<b>Полдник</b>							
Печенье Кораблик	30	7	124	1,70	7,49	12,40	ттк
Кефир	100	10	51	2,63	2,82	3,73	406
<b>Итого за Полдник</b>	<b>130</b>	<b>17</b>	<b>175</b>	<b>4,33</b>	<b>10,31</b>	<b>16,13</b>	
<b>Ужин</b>							
Каша гречневая вязкая на молоке	150/5	20	188	6,21	7,11	24,67	157
Чай с сахаром	180/10	2	37	0,06	0,02	9,09	392
Батон	30	4	79	2,40	1,00	15,00	0003
<b>Итого за Ужин</b>	<b>375</b>	<b>26</b>	<b>304</b>	<b>8,67</b>	<b>8,13</b>	<b>48,76</b>	
<b>Итого за 11.01.2024</b>		<b>179</b>	<b>1 360</b>	<b>48,23</b>	<b>58,67</b>	<b>160,31</b>	

Калькулятор

/Леденёва Е.А./

Повар-бригадир

/Кудапина Т.И./

УТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО:

ООО Кондитерское

МБОУ Школа №132 г.о.Самара (дошкольное отделение)

Директор

Директор

/Базаева В.А./

/Сокур Н.В./

**МЕНЮ**

на 12.01.2024 (пятница)

Дети(3-7 лет)

Диета: Без диет

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (руб.)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
<b>Завтрак</b>							
Бутерброд с маслом	25	7	85	1,64	3,71	6,78	1
Сырники из творога с молочным соусом	120	35	236	17,80	12,76	12,39	231/351
Чай с молоком	180	9	84	2,43	2,55	12,94	394
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>325</b>	<b>51</b>	<b>405</b>	<b>21,87</b>	<b>19,02</b>	<b>32,11</b>	
<b>Второй завтрак</b>							
Сок фруктовый	100	8	35	0,47		8,28	399
<b>Итого за Второй завтрак</b>	<b>100</b>	<b>8</b>	<b>35</b>	<b>0,47</b>		<b>8,28</b>	
<b>Обед</b>							
Икра морковная	30	3	26	0,51	1,34	2,89	54
Борщ с капустой и картофелем со сметаной и зеленью	200/5/1	12	85	1,52	4,51	9,45	57
Котлета Самарская	50	28	159	7,86	5,24	5,73	1069
Пюре из гороха с маслом	130/5	7	207	12,57	4,58	28,79	180
Напиток из свежих ягод с яблоками	180	6	80	0,05	0,05	14,36	1078
Хлеб пшеничный	30	3	76	2,51	1,01	16,85	0002
Хлеб ржаной	30	3	51	2,25		9,75	0001
<b>Итого за Обед</b>	<b>661</b>	<b>62</b>	<b>684</b>	<b>27,27</b>	<b>16,73</b>	<b>87,82</b>	
<b>Полдник</b>							
Булочка сдобная	40	8	149	2,98	5,38	22,29	ттк
Молоко кипячёное	100	10	56	2,77	2,96	4,49	400
<b>Итого за Полдник</b>	<b>140</b>	<b>18</b>	<b>205</b>	<b>5,75</b>	<b>8,34</b>	<b>26,78</b>	
<b>Ужин</b>							
Тефтели рыбные тушеные	75	23	83	7,51	2,92	6,67	261
Картофель отварной	100	9	74	1,97	0,37	15,58	125
Чай с сахаром и лимоном	180/10/5	4	38	0,10	0,03	9,23	393
Батон	30	4	79	2,40	1,00	15,00	0003
<b>Итого за Ужин</b>	<b>400</b>	<b>40</b>	<b>274</b>	<b>11,98</b>	<b>4,32</b>	<b>46,48</b>	
<b>Итого за 12.01.2024</b>			<b>179</b>	<b>1 603</b>	<b>67,33</b>	<b>48,40</b>	<b>201,47</b>

Калькулятор

/Леденёва Е.А./

Повар-бригадир

/Кудапина Т.И./