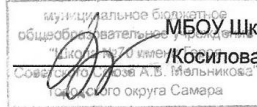


Утверждаю

директор



Косилова Елена Васильевна/

**МЕНЮ**

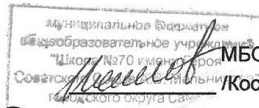
14 августа 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	150/10	20,5	20,1	16,7	348	0,2
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	211	4,7	5	15,6	127	0,8
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	24/5	1,8	5	12,5	102	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>27</b>	<b>30,1</b>	<b>44,8</b>	<b>577</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЙОГУРТ	120	3,4	3	5,4	68	0,8
<b>Итого</b>			<b>120</b>	<b>3,4</b>	<b>3</b>	<b>5,4</b>	<b>68</b>	<b>0,8</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	56	0,4	0,1	1,4	8	5,6
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	250	7,2	6,9	18,4	165	22,9
2012	282	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ	54	13,9	13,9	3,7	195	0,3
2012	18	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА	147	14,2	5	29,7	221	0
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	10,8	45	1,1
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,4	0,2	16,1	76	0
2012		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,9	0,4	18,3	88	0
<b>Итого</b>			<b>782</b>	<b>41,1</b>	<b>26,6</b>	<b>98,4</b>	<b>798</b>	<b>29,9</b>
<b>Полдник</b>								
2012	473	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	69	6,8	4,4	44,9	247	0,1
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	200	5,5	9,4	20,6	191	0,7
2012	372	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200			10	40	0
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,2	0,1	8	38	0
<b>Итого</b>			<b>485</b>	<b>13,5</b>	<b>13,9</b>	<b>83,5</b>	<b>516</b>	<b>0,8</b>
<b>Всего</b>			<b>178-00</b>	<b>85</b>	<b>73,6</b>	<b>232,1</b>	<b>1959</b>	<b>32,5</b>

ВОПРОСЫ  
 ПОДАРОК  
 МЕНЮ

Утверждаю



директор  
МБОУ Школа №70 г.о Самара  
Косилова Елена Васильевна/

**МЕНЮ**  
15 августа 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	171	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250	8,1	10	35,4	265	0,8
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	17/5	1,2	3,9	8,5	74	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4,1	4,4	16,6	123	0,7
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	0
<b>Итого</b>			<b>512</b>	<b>18,5</b>	<b>22,9</b>	<b>60,8</b>	<b>525</b>	<b>1,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	368	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	96	0,4	0,4	9,4	45	9,6
<b>Итого</b>			<b>96</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,4</b>	<b>45</b>	<b>9,6</b>
<b>Обед</b>								
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	62	0,7	0,1	2,4	15	15,5
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	2,7	3,1	22	128	6,8
2012	257	МЯСО ТУШЕНОЕ В СОУСЕ	59/30	15,6	16,6	7,7	243	1,5
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	128	2,2	3,5	14,8	99	7,2
2012	374	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1		13,3	56	2,5
2012		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,4	20,3	98	0
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	52	4	0,3	26,2	124	0
<b>Итого</b>			<b>809</b>	<b>28,5</b>	<b>24</b>	<b>106,7</b>	<b>763</b>	<b>33,5</b>
<b>Полдник</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25/15	7	6,8	15	151	0
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	70	9,3	3,5	2,1	78	1
2012	165	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,8	7,5	31	220	0
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40	0
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>23,2</b>	<b>17,8</b>	<b>58</b>	<b>489</b>	<b>1</b>
<b>Всего</b>				<b>70,6</b>	<b>65,1</b>	<b>234,9</b>	<b>1822</b>	<b>45,6</b>

178-00

Утверждаю

директор

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение МБОУ Школа №70 г.о Самара  
 Косилова Елена Васильевна/  
 городского округа Самара

**МЕНЮ**

16 августа 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	230	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ) СО СМЕТАНОЙ	177/10	28	20,5	31	435	0,6
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	204	4,4	4,9	15,5	125	0,8
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	28/5	2,3	4,5	15,6	112	0
<b>Итого</b>			<b>424</b>	<b>34,7</b>	<b>29,9</b>	<b>62,1</b>	<b>672</b>	<b>1,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	401	РЯЖЕНКА	145	4,2	3,6	6,1	78	0,4
<b>Итого</b>			<b>145</b>	<b>4,2</b>	<b>3,6</b>	<b>6,1</b>	<b>78</b>	<b>0,4</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	61	0,5	0,1	1,5	9	6,1
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/0/10	8,6	9,5	22,4	217	8,7
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	158	3,3	2,9	18,7	114	0
2012	259	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ КУРИЦЫ	60	12,5	12,5	3,5	177	1,8
2012	372	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200			10,5	42	0
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,2	17,5	82	0
2012		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	20	96	0
<b>Итого</b>			<b>821</b>	<b>30,7</b>	<b>25,6</b>	<b>94,1</b>	<b>737</b>	<b>16,6</b>
<b>Полдник</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ	200	6	9,5	22,4	199	0,8
2012	393,391	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10	0,2		8,9	38	1,2
2012		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,3	0,1	8,7	41	0
2012		ПЕЧЕНЬЕ	48	3,6	4,7	35,6	199	0
<b>Итого</b>			<b>475</b>	<b>11,1</b>	<b>14,3</b>	<b>75,6</b>	<b>477</b>	<b>2</b>
<b>Всего</b>			<b>1745</b>	<b>80,7</b>	<b>73,4</b>	<b>237,9</b>	<b>1964</b>	<b>20,4</b>