

Категория: Детский сад от  
1года до3 лет



«УТВЕРЖДАЮ»  
заведующий СП ГБОУ СОШ № 4  
г.о. Чапаевск – ДС № 20

С.М.Агафонова

| Прием пищи            | Наименование блюда                        | Выход блюда | Пищевые вещества, |             |               | Энергетическая ценность | Витамин С     | № рецептуры |
|-----------------------|---|-------------|-------------------|-------------|---------------|-------------------------|---------------|-------------|
|                       |   |             | Б                 | Ж           | У             |                         |               |             |
| 01.02.2024            |   |             |                   |             |               |                         |               |             |
| ЗАВТРАК               | Каша геркулесовая полумолочная            | 150         | 5,40              | 6,79        | 25,24         | 184,45                  | 1,40          | 272         |
|                       | Бутерброд с маслом                        | 40          | 0,82              | 1,33        | 4,94          | 35,12                   | 0             | 5,00        |
|                       | Какао с молоком                           | 150         | 2,43              | 2,65        | 11,28         | 79,4                    | 0             | 514         |
| 2 ЗАВТРАК             | й продукт(варен                           | 180         | 0,28              | 0,28        | 6,86          | 30,8                    | 109,1         | 368,00      |
| ОБЕД                  |   |             |                   |             |               |                         |               |             |
|                       | Свекольник на курином бульоне со сметаной | 150         | 10,46             | 12,94       | 10,08         | 198,25                  | 10,44         | 05.фев      |
|                       | Тушеная капуста                           | 200         | 9,00              | 7,50        | 7,36          | 255                     | 19            | 336         |
|                       | Хлеб пшеничный в/с                        | 100         | 7,60              | 0,80        | 49,20         | 235                     | 0             | 700         |
|                       | Хлеб ржано-пшеничный                      | 20          | 7,70              | 1,40        | 37,70         | 201                     | 0             | 701         |
|                       | Компот из смеси сух/фруктов               | 150         | 0,31              | 0,06        | 15,72         | 64,17                   | 0,035         | 527         |
|                       | Суп рисовый молочный                      | 180         | 3,98              | 6,75        | 17,21         | 146,39                  | 1,4           | 274         |
|                       | Морс из смородины                         | 150         |                   |             |               |                         |               |             |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b> |   | <b>1470</b> | <b>48</b>         | <b>40,5</b> | <b>185,59</b> | <b>1429,58</b>          | <b>141,38</b> |             |

Категория: Детский сад от  
3-х до 7 лет



«УТВЕРЖДАЮ»  
заведующий СП ГБОУ СОШ № 4  
г. Чапаевск – ДС № 20  
С.М.Агафонова

| Прием пищи            | Наименование блюда               | Выход блюда | Пищевые вещества, г |             |               | Энергетическая | Витамин С     | № рецептуры |
|-----------------------|----------------------------------|-------------|---------------------|-------------|---------------|----------------|---------------|-------------|
|                       |                                  |             | Б                   | Ж           | У             |                |               |             |
| 01.02.2024            |                                  |             |                     |             |               |                |               |             |
| ЗАВТРАК               | Каша геркулесовая полумолочная   | 150         | 5,40                | 6,79        | 25,24         | 184,45         | 1,40          | 272         |
|                       | Бутерброд с маслом               | 40          | 0,82                | 1,33        | 4,94          | 35,12          | 0             | 5,00        |
|                       | Какао с молоком                  | 150         | 2,43                | 2,65        | 11,28         | 79,4           | 0             | 514         |
| 2 ЗАВТРАК             | Кисломолочный продукт (варенец)  | 180         | 0,28                | 0,28        | 6,86          | 30,8           | 109,1         | 368,00      |
| ОБЕД                  |                                  |             |                     |             |               |                |               |             |
|                       | Свекольник на курином бульоне со | 150         | 10,46               | 12,94       | 10,08         | 198,25         | 10,44         | 05.фев      |
|                       | Тушеная капуста                  | 200         | 9,00                | 7,50        | 7,36          | 255            | 19            | 336         |
|                       | Хлеб пшеничный в/с               | 100         | 7,60                | 0,80        | 49,20         | 235            | 0             | 700         |
|                       | Хлеб ржано-пшеничный             | 20          | 7,70                | 1,40        | 37,70         | 201            | 0             | 701         |
|                       | Компот из смеси сух/фруктов      | 150         | 0,31                | 0,06        | 15,72         | 64,17          | 0,035         | 527         |
|                       | Суп рисовый молочный             | 180         | 3,98                | 6,75        | 17,21         | 146,39         | 1,4           | 274         |
|                       | Морс из смородины                | 150         |                     |             |               |                |               |             |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b> |                                  | <b>1470</b> | <b>47,93</b>        | <b>40,5</b> | <b>185,59</b> | <b>1429,58</b> | <b>141,38</b> |             |