

Категория: Детский сад от
1 года до 3 лет



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

Прием пищи	Наименовани е блюда	Выход блюда	Пищевые вещества,			Энергетическа я ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
02.10.2025								
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая полумолочная	150	5,40	6,79	25,24	184,45	1,40	272
	Бутерброд с маслом	40	2,06	3,33	12,36	87,8	0	5,00
	Кофейный напиток	150	2,43	2,65	11,28	79,4	0	514
2 ЗАВТРАК	Снежок	100	2,80	4,00	4,20	67	0,3	400,00
ОБЕД								
	Рассольник с тушенкой со сметаной	150	14,90	17,80	17,58	290,73	6,78	76,00
	Макаронник с курицей	100	14,38	14,87	15,50	249,51	0,68	336,00
	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
	Каша пшеничная молочная	80	3,83	2,81	22,69	131,4	0,29	39
	Чай с сахаром	150	0,11	0,03	7,05	28,81	0,45	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		990	39,54	38,87	169,32	1199,82	9,94	

Категория: Детский сад от
3-х до 7 лет



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергети ческая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
02.10.2025								
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая полумолочная	180	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
	Кофейный напиток	180	2,43	2,65	11,28	79,4	0	514
2 ЗАВТРАК	Снежок	100	2,80	4,00	4,20	67	0,3	400,00
ОБЕД								
	Рассольник с тушенкой со сметаной	200	14,90	17,80	17,58	290,73	6,78	76,00
	Макаронник с курицей	150	23,11	22,24	15,96	358,7	0	336,00
	Хлеб ржано-пшеничный	100	7,70	1,40	37,70	201	0	701
	Компот из смеси сух/фруктов	200	0,42	0,08	20,96	85,56	85,56	527
	Каша пшеничная молочная	90	4,69	3,44	27,73	160,6	0,36	39
	Чай с сахаром	180	0,13	0,04	8,46	77,52	0,045	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1420	39,29	37,53	174,05	1540,08	94,45	