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

С.М.Агафонова

Категория: Детский сад от 1года до3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества,			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
02.11.2026								
ЗАВТРАК	Каша гречневая с сахаром и маслом	150	1,10	5,36	4,05	68,42	0,00	243
	Бутерброд с маслом	40	0,82	1,33	4,94	35,12	0	5,00
	Кофейный напиток	150	2,43	2,65	11,28	79,4	0	514
2 ЗАВТРАК	Чай с сахаром и лимоном	150	0,14	0,02	14,42	60,96	6	10/15
ОБЕД								
	Рассольник с тушенкой	150	14,90	17,80	17,58	290,73	6,78	76,00
	Селедь соленая	40	3,15	0,4	0	15,84	0	109
	Пюре картофельное	150	2,58	1,72	17,48	96,13	20,64	321
	Хлеб ржано-пшеничный	100	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
	Рулет с повидлом	60	14,16	5,26	83,62	438,14	0	46
	Напиток из шиповника	160	0,68	0,00	23,05	94,9	60	533
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1150**	**48**	**36**	**229,84**	**1444,81**	**93,455**	

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

С.М.Агафонова

Категория: Детский сад от 3-х до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
02.11.2026								
ЗАВТРАК	Каша гречневая с сахаром и маслом	180	1,10	5,36	4,05	68,42	0,00	243
	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	Чай с сахаром и лимоном	200	0,14	0,02	14,42	60,96	6	10/15
ОБЕД								
	Рассольник с тушенкой	200	14,90	17,80	17,58	290,73	6,78	76,00
	Селедь соленая	40	2,1	0,1	0	14,3	0	109
	Пюре картофельное	180	4,5	5,65	21,03	153,71	1,4	272
	Хлеб ржано-пшеничный	130	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
	Рулет с повидлом	120	16,54	14,76	21,72	351,71	0	326
	Напиток из шиповника	200	0,68	0,00	23,05	94,9	60	533
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1670**	**44,73**	**43,40**	**176,73**	**1435,81**	**159,74**	