

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	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества,			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
03.04.2024								
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная	150	5,82	7,50	32,64	222	0,65	173
	Бутерброд с маслом	40	0,82	1,33	4,94	35,12	0	5,00
	Чай с молоком	150	2,66	2,33	11,31	76,99	1,19	261
2 ЗАВТРАК	Напиток из шиповника	150	0,12	9,08	18,24	74,24	0,73	282,00
ОБЕД	Щи на м/к бульоне со сметаной	150	2,20	3,60	5,15	70,87	11,65	56,00
	Жаркое с овощами и говядиной	150	7,97	8,15	14,55	182,81	3,08	153
	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	0,21	0,04	9,40	38,42	0,06	527
	Булочка с повидлом	60	4,54	4,07	25,30	157,11	0,22	417
	Кисель	150	0,00	0,00	13,50	46,5	0	233
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1270	39,6	38,3	221,93	1340,06	16,93	

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			
03.04.2024								
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная	200	7,76	10,00	43,52	296	0,86	173
	Бутерброд с маслом	40	0,82	1,33	4,94	35,12	0	5,00
	Чай с молоком	200	3,54	3,10	15,08	102,66	1,58	261
2 ЗАВТРАК	Напиток из шиповника	200	0,16	12,11	24,32	98,99	0,97	282,00
ОБЕД	Щи на м/к бульоне со сметаной	200	2,95	4,80	6,87	94,49	15,54	56,00
	Жаркое с овощами и говядиной	200	10,62	10,86	19,40	243,74	4,1	153
	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	0,21	0,04	9,40	38,42	0,06	527
	Булочка с повидлом	90	6,80	6,10	37,90	235,67	0,3	417
	Кисель	200	0,00	0,00	18,00	60	0	233
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1600	48,16	50,54	266,33	1641,09	22,55	