

Категория: Детский сад от
1года до3 лет



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

| Прием пищи | Наименовани е блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, | | | Энергетическа я ценность | Витамин С | № рецептуры |
|-----------------------|--------------------------------------|----------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------------------|--------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| 03.05.2024 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша геркулесовая с сахаром и маслом | 150 | 5,22 | 6,05 | 26,64 | 182,65 | 1,40 | 171 |
| | Бутерброд с маслом | 40 | 0,82 | 1,33 | 4,94 | 35,12 | 0 | 5,00 |
| | Кофейный напиток со сгущ.молоком | 150 | 2,43 | 2,65 | 11,28 | 79,4 | 0 | 514 |
| 2 ЗАВТРАК | Напиток из шиповника | 150 | 0,30 | 0,10 | 3,70 | 18,2 | 12 | 10 |
| ОБЕД | | | | | | | | |
| | Щи на м/к бульоне | 180 | 11,59 | 14,45 | 13,61 | 231,43 | 79,7 | 57 |
| | Каша пшеничная с котлетой из мяса | 180 | 3,82 | 1,64 | 23,52 | 123,92 | 0 | 205,00 |
| | 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 |
| | Макароны отварные и яйцо | 150 | 5,22 | 6,05 | 26,64 | 182,65 | 1,4 | 171 |
| | Кисель | 150 | 2,40 | 2,54 | 11,10 | 77,52 | 1,3 | 508 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1420 | 47,4 | 37,07 | 224,05 | 1431,06 | 95,84 | |

Категория: Детский сад от
3-х до 7 лет



«УТВЕРЖДАЮ»

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

С.М. Агафонова

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая | Витамин С | № рецептуры |
|-----------------------|--------------------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|----------------|--------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| 03.05.2024 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша геркулесовая с сахаром и маслом | 150 | 5,22 | 6,05 | 26,64 | 182,65 | 1,40 | 171 |
| | Бутерброд с маслом | 40 | 0,82 | 1,33 | 4,94 | 35,12 | 0 | 5,00 |
| | Кофейный напиток со сгущ. молоком | 150 | 2,43 | 2,65 | 11,28 | 79,4 | 0 | 514 |
| 2 ЗАВТРАК | Напиток из шиповника | 150 | 0,30 | 0,10 | 3,70 | 18,2 | 12 | 10 |
| ОБЕД | | | | | | | | |
| | Щи на м/к бульоне | 180 | 11,59 | 14,45 | 13,61 | 231,43 | 79,7 | 57 |
| | Каша пшеничная с котлетой из мяса | 180 | 3,82 | 1,64 | 23,52 | 123,92 | 0 | 205,00 |
| | 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 |
| | Макароны отварные и яйцо | 150 | 5,22 | 6,05 | 26,64 | 182,65 | 1,4 | 171 |
| | Кисель | 150 | 2,40 | 2,54 | 11,10 | 77,52 | 1,3 | 508 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1420 | 47,41 | 37,07 | 224,05 | 1431,06 | 95,84 | |