

Категория: Детский сад от
1года до3 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			
03.09.2026								
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая полумолочная	150	5,4	6,79	25,24	184,45	1,404	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	Йогурт	100	2,8	4	4,2	67	0,3	400
ОБЕД	Суп с зеленым горошком на кур.бульоне	150	10,46	12,94	10,08	198,25	10,44	40,00
	Свежие помидоры	20	0,66	0,12	2,28	13,2	10,5	71
	Макаронник с курицей	100	14,38	14,87	15,50	249,51	0,68	336,00
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	117,5	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	150	3,98	6,75	17,21	146,39	1,404	274
	напиток из шиповника	150	0,11	0,03	7,05	28,81	0,45	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1080	54,1	53,34	183,22	1437,48	25,213	

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			
03.09.2026								
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая молочная	180	5,4	6,79	25,24	184,45	1,4	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	Йогурт	100	2,8	4	4,2	67	0,3	400
ОБЕД	Суп с зелёным горошком на кур.бульоне	200	6,34	10,14	13,72	171,9	6,74	40,00
	Свежие помидоры	30	0,66	0,12	2,28	13,2	10,5	71
	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
	Суп рисовый молочный	180	3,99	6,75	17,21	146,39	1,4	274
	напиток из шиповника	180	0,13	0,04	8,46	77,52	0,045	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1540	53,8	55,54	161,95	1420,24	105,95	