

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			
03.12.2025								
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая молочная	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
	Какао с молоком	150	1,20	1,30	13,00	90	1,17	248
2 ЗАВТРАК	Фрукт	200	1,64	0,36	14,72	78,18	109,1	371
ОБЕД								
	Свекольник на кур. бульоне	150	10,5	12,94	10,08	198,25	10,44	05.фев
	Пюре гороховое	120	10,65	5,35	27,35	199	0	56,00
	Гуляш с курином	70	21,70	2,61	3,05	122,65	0,18	277/1
	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
	Сырники с творогом и джемом	100	22,6	7,87	17,06	325	0	115
	Чай с сахаром	150	0,11	0,03	7,05	28,81	0,45	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1180	73,16	36,69	183,33	1579,31	122,78	

Категория: Детский сад от
3-х до 7 лет



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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г		Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж			
03.12.2025							
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
	Какао с молоком	180	1,20	1,30	13,00	90	1,17 248
2 ЗАВТРАК	Фрукт	200	1,64	0,36	14,72	78,18	109,1 371
ОБЕД							
	Свекольник на кур.бульоне	200	10,46	12,94	10,08	198,25	10,44 45693
	Пюре гороховое	120	10,65	5,35	27,35	199	0 56,00
	Гуляш с курицей	70	21,70	2,61	3,05	122,65	0,18 277/1
	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
	Сырники с творогом и джем	150	22,58	7,87	17,06	325	0 115
	Чай с сахаром	180	0,13	0,04	8,46	77,52	0,045 136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1500	72,05	34,72	182,56	1596,73	207,90