

Категория: Детский сад от
1года до3 лет



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

С.М.Агафонова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества,			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
05.04.2024								
ЗАВТРАК	Каша гречневая с маслом и сахаром	150	8,16	9,84	35,60	264	0,5	93
	Бутерброд с маслом	40	0,82	1,33	4,94	35,12	0	5,00
	Кофейный напиток	150	3,12	2,66	14,18	93,34	1,3	253
2 ЗАВТРАК	Чай с тортиком Боярушка	150						
ОБЕД	Борщ на курином бульоне со сметаной	150	7,92	5,82	10,98	128	12,5	27,00
	Отварные макароны	100						
	Гуляш с курицы	70	14,78	17,51	43,26	370,2	1,59	202
	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
	Картофельное пюре с селедкой	100	7,30	7,37	18,06	178	17,95	206
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	10,51	42,11	0,03	264
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1380	57,7	46,79	233,83	1585,19	33,43	

Категория: Детский сад от
3-х до 7 лет

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



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
05.04.2024								
ЗАВТРАК	Каша гречневая с маслом и сахаром	200	8,16	9,84	35,60	264	0,5	93
	Бутерброд с маслом	40	0,82	1,33	4,94	35,12	0	5,00
	Кофейный напиток	200	3,12	2,66	14,18	93,34	1,3	253
2 ЗАВТРАК	Чай с тортиком Боярушка	200						
ОБЕД	Борщ на курином бульоне со сметаной	200	7,92	5,82	10,98	128	12,5	27,00
	Отварные макароны	130						
	Гуляш с курицы	70	14,78	17,51	43,26	370,2	1,59	202
	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
	Картофельное пюре с селедкой	120	7,30	7,37	18,06	178	17,95	206
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	10,51	42,11	0,03	264
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1630	57,68	46,79	233,83	1585,19	33,43	