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

Категория: Детский сад от 1года до3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества,			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
05.10.2026								
ЗАВТРАК	Каша гречневая с сахаром и маслом	150	1,10	5,36	4,05	68,42	0,00	243
	Бутерброд с маслом с сыром	40	0,82	1,33	4,94	35,12	0	5,00
	Кофейный напиток	150	2,43	2,65	11,28	79,4	0	514
2 ЗАВТРАК	Чай с вафлей	150	0,14	0,02	14,42	60,96	6	10/15
ОБЕД								
	Рассольник с тушенкой	150	14,90	17,80	17,58	290,73	6,78	76,00
	Печень по-строгоновски	70	9,28	7,86	2,46	129,5	5,92	255
	Макароны отварные с маслом	120	2,55	1,09	15,68	82,61	0	205
	Хлеб ржано-пшеничный	100	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
	Булочка домашняя с сахаром	60	14,16	5,26	83,62	438,14	0	46
	напиток из шиповника	150	1,00	0,20	20,20	92	4	134,00
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1140**	**54,4**	**43,03**	**227,65**	**1542,05**	**22,735**	

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

С.М.Агафонова

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			
05.10.2026								
ЗАВТРАК	Каша гречневая с сахаром и маслом	180	1,10	5,36	4,05	68,42	0,00	243
	Бутерброд с маслом и сыром	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	Чай с вафлей	200	0,14	0,02	14,42	60,96	6	10/15
ОБЕД								
	Рассольник с тушенкой	200	14,90	17,80	17,58	290,73	6,78	76,00
	Печень по-строгоновски	80	10,61	8,99	2,82	148	6,76	255
	Макароны отварные	150	4,59	1,96	28,22	148,7	0	205
	Хлеб ржано-пшеничный	130	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
	Сосиска в тесте	120	16,54	14,76	21,72	351,71	0	326
	Напиток из шиповника	200	1,00	0,20	20,20	92	4	134,00
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1680**	**45,05**	**43,60**	**183,89**	**1561,6**	**109,10**	