

Категория: Детский сад от
1года до3 лет



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
06.03.2024								
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая полумолочная	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	150	2,43	2,65	11,28	79,4	0	514
2 ЗАВТРАК	Напиток из шиповника шоколад	150	0,30	0,10	3,70	18,2	12	10
ОБЕД								
	Борщ 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
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	5,22	6,05	26,64	182,65	1,4	171
	Чай с сахаром	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			
06.03.2024								
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая полумолочная	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	150	2,43	2,65	11,28	79,4	0	514
2 ЗАВТРАК	Напиток из шиповника							
ОБЕД	шоколад	150	0,30	0,10	3,70	18,2	12	10
	Борщ 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
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	5,22	6,05	26,64	182,65	1,4	171
	Чай с сахаром	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	