

Категория: Детский сад от
1года до3 лет



«УТВЕРЖДАЮ»

заведующий СП ГБОУ СОШ № 4
О.И. Мапаевск – ДС № 20

С.М.Арафонова

Прием пищи	Наименовани е блюда	Выход блюда	Пищевые вещества,			Энергетическа я ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
07.07.2026								
ЗАВТРАК	Суп пшенный молочный	150	8,95	8,93	2,26	125,36	0,00	307
	Бутерброд с маслом	40	2,06	3,33	12,36	87,8	0	5,00
	Какао с молоком	150	2,43	2,65	11,28	79,4	0	514
2 ЗАВТРАК	Кисель	150	0,00	0,00	5,77	23,13	0	516,00
ОБЕД								
	Щи на м/к бульоне	150	1,04	2,93	5,09	35	11,07	67,00
	Ежи с мясом	70	16,07	26,18	6,35	327,93	0	100
	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
	каша гречневая с маслом сахаром	150	4,67	4,86	20,94	146	0	168
	Чай с сахаром	150	0,11	0,03	7,05	28,81	0,45	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1180	43,34	50,37	124,52	1118,6	11,56	

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			
07.07.2026								
ЗАВТРАК	Суп пшенный молочный	180	10,74	10,72	2,71	150,43	63,36	307
	Бутерброд с маслом	40	0,82	1,33	4,94	35,12	0	5,00
	Какао с молоком	200	1,20	1,30	13,00	90	1,17	248
2 ЗАВТРАК	Кисель	200	0,00	0,00	11,54	46,26	0	516,00
ОБЕД								
	Щи на м/к бульоне	200	1,74	4,88	9,21	85	18,45	67,00
	Ежи с мясом	80	21,70	2,61	3,05	122,65	0,18	100
	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
	каша гречневая с маслом сахаром	180	5,59	4,75	25,11	165,6	0	168
	Чай с сахаром	180	0,13	0,04	8,46	77,52	0,045	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1560	50,04	27,11	136,68	1059,14	168,77	