

Категория: Детский сад от
1 года до 3 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			
07.11.2025								
ЗАВТРАК	Каша манная молочная	150	4,2	4,88	22,35	150,85	0	268
	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	Напиток из свежих яблок	150	0,14	0,02	14,42	60,96	6	10/15
ОБЕД								
	Суп крестьянский на кур.бульоне	150	10,46	12,94	10,08	198,25	10,44	40,00
	Каша гречневая с курицей и овощами	150	14,38	14,87	15,50	249,51	0,68	336,00
	Хлеб ржано- пшеничный	70	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
	Винегрет	100	3,83	6,28	16,67	139,07	0	66
	Хлеб ржано- пшеничный	70	7,70	1,40	37,70	201	0	701
	Чай с сахаром	150	0,11	0,03	7,05	28,81	0,45	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1030	30,01	30,24	202,55	1471,42	18,78	

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			
07.11.2025								
ЗАВТРАК	Каша манная молочная	180	5,04	5,85	26,82	181,03	1,4	268
	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	Напиток из свнжих яблок	180	0,14	0,02	14,42	60,96	6	10/15
ОБЕД								
	Суп крестьянский на кур.бульоне	200	6,34	10,14	13,72	171,9	6,74	40,00
	Каша гречневая с курицей и овощами	180	23,11	22,24	15,96	358,7	0	336,00
	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
	Винегрет	100	3,83	6,28	16,67	139,07	0	66
	Хлеб ржано- пшеничный	40	7,70	1,40	37,70	201	0	701
	Чай с сахаром	180	0,13	0,04	8,46	77,52	0,045	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1400	25,62	26,44	210,35	1601,86	100,92	