

Категория: Детский сад от
1года до3 лет



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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества,			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
08.04.2024								
ЗАВТРАК	Каша пшеничная 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
	Чай с сахаром и лимоном	150	0,07	0,02	10,51	42,11	0,03	264
2 ЗАВТРАК	Сок	150						
ОБЕД	Щи с рыбными консервами	150	6,88	6,72	11,46	133,8	7,28	87,00
	Каша гречневая с маслом	100	7,80	12,40	32,50	276,76	0	186
	Яйцо	70						
	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
	Крендель с сахаром	60	6,40	11,82	50,17	333	0	415
	Клюквенный морс	150	0,07	0,02	10,51	42,11	0,03	264
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1290	45,7	44,39	251,99	1601,32	7,40	

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				
08.04.2024									
ЗАВТРАК	Каша пшеничная 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	
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,07	0,02	10,51	42,11	0,03	264	
2 ЗАВТРАК	Сок	200							
ОБЕД	Щи с рыбными консервами	200	6,88	6,72	11,46	133,8	7,28	87,00	
	Каша гречневая с маслом	200	7,80	12,40	32,50	276,76	0	186	
	Сосиска отварная под соусом								
	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	
	Крендель с сахаром	90	6,40	11,82	50,17	333	0	415	
	Клюквенный морс	200	0,07	0,02	10,51	42,11	0,03	264	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1600	45,71	44,39	251,99	1601,32	7,40	