

Категория: Детский сад от
1 года до 3 лет



УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий СП ГБОУ СОШ № 4
г. Чапаевск – ДС № 20

С.М.Агафонова

Прием пищи	Наименовани е блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическа я ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
08.09.2025								
ЗАВТРАК	Каша гречневая с сахаром и маслом	150	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	150	2,43	2,65	11,28	79,4	0	514
2 ЗАВТРАК	Чай с печеньем	150	1,00	0,20	20,20	92	4	134,00
ОБЕД								
	Рассольник с тушенкой	150	14,90	17,80	17,58	290,73	6,78	76,00
	Яйцо вареное	20	2,54	2,30	0,14	31,5	0	87,00
	Макароны отварные	100	2,55	1,09	15,68	8261	0	205,00
	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
	Булочка домашняя	60	14,16	5,26	83,62	438,14	0	46
	Чай с сахаром	150	0,11	0,03	7,05	28,81	0,45	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1020	42,53	34,09	217,96	9590,29	11,27	

Категория: Детский сад от
3-х до 7 лет



«УТВЕРЖДАЮ»
С.М.Агафонова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая	Витамин С, г	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
08.09.2025								
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 печеньем	200	1,00	0,20	20,20	92	4	134,00
ОБЕД								
	Рассольник с тушенкой	200	14,90	17,80	17,58	290,73	6,78	76,00
	Сосиски отварные	80	8,80	19,12	0,32	208,8	0	108,00
	Макароны отварные	180	4,59	1,96	28,22	148,7	0	205,00
	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
	Булочка домашняя	120	16,54	14,76	21,72	351,71	0	326
	Чай с сахаром	180	0,13	0,04	8,46	77,52	0,045	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1660	45,04	43,62	175,43	1638,96	96,39	