

«УТВЕРЖДАЮ»

Категория: Детский сад от
1 года до 3 лет



заведующий СП ГБОУ СОШ № 4
г. Чапаевск -- ДС № 20

С.М.Агафонова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
09.04.2026								
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	150	13,43	13,40	3,39	188,04	0,75	307
	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	яблоко	150	0,10	0,04	8,71	34,72	20	123,00
ОБЕД		20	0,66	0,12	2,28	13,2	10,5	71
	Суп куриный с клецками	150	3,12	4,26	11,45	89,44	3,21	37,00
	Запеканка рисовая с курицей	60	10,30	9,84	2,74	140	0	311,00
	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
	Каша манная молочная	150	8,95	8,93	2,26	125,36	0,00	307
	Чай с сахаром	150	0,11	0,03	7,05	28,81	0,45	136
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1180	37,63	32,22	107,52	999,26	34,95

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			
09.04.2026								
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	180	16,11	16,07	4,07	225,65	0,90	307
	Бутерброд с маслом	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	яблоко	180	0,10	0,04	8,71	34,72	20	123,00
ОБЕД		30	0,66	0,12	2,28	13,2	10,5	71
	Суп куриный с клецками	180	7,69	10,42	7,27	154,37	22,716	37,00
	Запеканка рисовая с курицей	100	16,86	16,57	4,57	234,29	0	311,00
	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
	Каша манная молочная	180	10,74	10,72	2,71	150,43	63,36	307
	Чай с сахаром	180	0,13	0,04	8,46	77,52	0,045	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1550	46,80	42,87	112,95	1291,26	203,08	