

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			
09.10.2025								
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая полумолочная	150	5,40	6,79	25,24	184,45	1,40	272
	Бутерброд с маслом	40	2,06	3,33	12,36	87,8	0	5,00
	Кофейный напиток	150	2,43	2,65	11,28	79,4	0	514
2 ЗАВТРАК ОБЕД	Йогурт	100	2,80	4,00	4,20	67	0,3	400,00
	Суп крестьянский на кур.бульоне со сметаной	150	10,46	12,94	10,08	198,25	10,44	40,00
	Макаронник с курицей	100	14,38	14,87	15,50	249,51	0,68	336,00
	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
	Суп рисовый молочный	80	3,83	2,81	22,69	131,4	0,29	39
	Чай с сахаром	150	0,11	0,03	7,05	28,81	0,45	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		990	35,10	34,01	161,82	1107,34	13,60	

Категория: Детский сад от
3-х до 7 лет



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая	Витамины	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
09.10.2025								
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая полумолочная	180	5,40	6,79	25,24	184,45	1,40	272
	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	Йогурт	100	2,80	4,00	4,20	67	0,3	400,00
ОБЕД								
	Суп крестьянский на кур.бульоне со сметаной	200	6,34	10,14	13,72	171,9	6,74	40,00
	Макаронник с курицей	150	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
	Суп рисовый молочный	90	4,69	3,44	27,73	160,6	0,36	39
	Чай с сахаром	180	0,13	0,04	8,46	77,52	0,045	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1420	30,73	29,87	170,19	1421,25	94,41	