

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

Категория: Детский сад от 1года до3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества,			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
09.11.2026								
ЗАВТРАК	Икра кабачковая	40	0,76	3,56	3,08	47,5	16	87
	Макароны отварные	150	3,82	1,64	23,52	123,92	0	205
	Бутерброд с маслом и сыром	40	0,82	1,33	4,94	35,12	0	5,00
	какао со сгущ молоком	150	2,43	2,65	11,28	79,4	0	514
2 ЗАВТРАК	чай с вафлей	150	0,00	0,00	5,77	23,13	0	516,00
ОБЕД								
	Суп с рыбными консервами	150	5,13	2,83	5,45	68,13	4,83	213,00
	каша гречневая	100	2,15	1,44	14,57	80,11	17,2	321
	Яйцо	20	2,54	2,30	0,14	31,5	0	18,00
	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 кукурузная молочная	150	4,67	4,68	20,94	146	0	168
	Чай с сахаром	150	0,11	0,03	7,05	28,81	0,45	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1170**	**30,4**	**21,92**	**150,16**	**928,79**	**38,515**	

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

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			
09.11.2026								
ЗАВТРАК	Икра кабачковая	180	5,00	1,96	28,22	148,7	0	168
	Макароны отварные	40	0,76	3,56	3,08	47,5	16	87
	Бутерброд с маслом и сыром	40	0,82	1,33	4,94	35,12	0	5,00
	какао со сгущ молоком	180	2,43	2,65	11,28	79,4	0	514
2 ЗАВТРАК	чай с вафлей	200	0,00	0,00	11,54	46,26	0	516,00
ОБЕД								
	Суп с рыбными консервами	180	6,16	45750,00	6,53	81,76	5,796	18,00
	каша гречневая	130	1,48	0,32	13,25	70,36	30,96	321
	Сосиска под соусом	80	8,80	19,12	0,32	208,8	0	108,00
	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 кукурузная молочная	180	5,59	4,75	25,11	165,6	0	168
	Чай с сахаром	200	0,13	0,04	8,46	77,52	0,045	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1710**	**28,25**	**45762,21**	**171,39**	**1247,58**	**138,36**	