«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			
10.11.2026								
ЗАВТРАК	Суп пшенный молочный	150	8,95	8,93	2,26	125,36	0,00	307
	Бутерброд с маслом	40	2,06	3,33	12,36	87,8	0	5,00
	Кофейный напиток с молоком	150	2,43	2,65	11,28	79,4	0	514
2 ЗАВТРАК	Кисель	150	0,00	0,00	5,77	23,13	0	516,00
ОБЕД	Соленный огурец	30	0,24	0,03	0,51	1,05	3	70
	Щи на м/к бульоне	150	1,04	2,93	5,09	35	11,07	67,00
	Плов с мясом	120	14,17	11,96	25,08	264	0,38	304
	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
	выборгская булочка	60	4,11	4,37	37,89	207,43	0	50
	Напиток из шиповника	150	0,68	0	23,05	94,9	60	533
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1170**	**41,69**	**35,66**	**176,71**	**1183,24**	**74,49**	

«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			
10.11.2026								
ЗАВТРАК	Суп пшенный молочный	180	10,74	10,72	2,71	150,43	63,36	307
	Бутерброд с маслом	40	0,82	1,33	4,94	35,12	0	5,00
	Кофейный напиток с молоком	180	2,43	2,65	11,28	79,4	0	514
2 ЗАВТРАК	Кисель	200	0,00	0,00	11,54	46,26	0	516,00
ОБЕД	Соленный огурец	40	0,32	0,04	0,68	4	1,4	70
	Щи на м/к бульоне	200	1,74	4,88	9,21	85	18,45	67,00
	Плов с мясом	140	14,17	11,96	25,08	264	0,38	304
	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 выборгская	90	6,17	6,56	56,83	311,14	0	50
	Напиток из шиповника	180	0,68	0	23,05	94,9	60	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1550**	**45,19**	**39,62**	**203,98**	**1356,81**	**229,15**	