

«УТВЕРЖДАЮ»

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

Категория: Детский сад от
1 года до 3 лет



С. М. Агафонова

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Витамин С | № рецептуры |
|-----------------------|-----------------------------|-------------|------------------|-------------|---------------|-------------------------|---------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| 12.05.2026 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Икра кабачковая | 40 | 0,76 | 3,56 | 3,08 | 47,5 | 16 | 87 |
| | Макаронные отварные | 150 | 3,82 | 1,64 | 23,52 | 123,92 | 0 | 205 |
| | 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 | Чай с лимоном и печеньем | 150 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 92 | 4 | 134,00 |
| ОБЕД | | | | | | | | |
| | Суп с рыбой | 150 | 5,13 | 2,83 | 5,45 | 68,13 | 4,83 | 213,00 |
| | картофельное пюре | 110 | 1,98 | 4,46 | 11,62 | 94,49 | 9,413 | 344,00 |
| | Яйцо | 20 | 2,54 | 2,30 | 0,14 | 31,5 | 0 | 18,00 |
| | Хлеб пшеничный в/с | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117,5 | 0 | 700 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,54 | 0,28 | 7,54 | 40,2 | 0 | 701 |
| | Компот из смеси сух/фруктов | 150 | 0,31 | 0,06 | 15,72 | 64,17 | 0,035 | 527 |
| Ужин | Каша кукурузная молочная | 150 | 4,67 | 4,86 | 20,94 | 146 | 0 | 168 |
| | Чай с сахаром | 150 | 0,11 | 0,03 | 7,05 | 28,81 | 0,45 | 136 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1180 | 28,9 | 24,6 | 156,08 | 968,74 | 34,728 | |

