«УТВЕРЖДАЮ»
заведующий СП ГБОУ СОШ № 4
г.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			
12.11.2026								
ЗАВТРАК	Каша манная молочная	150	4,2	4,88	22,35	150,85	0	268
	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	Фрукт	200	1,64	0,36	14,72	78,18	109,1	371,00
ОБЕД	Харчо с курицей	150	3,93	4,90	16,48	120,88	7,12	101,00
	Салат с капусты и моркови	40	0,7	1,6	3,3	30,2	8,6	45
	Макаронник с курицей	100	14,38	14,87	15,50	249,51	0,68	336,00
	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 гречневая с сахаром и маслом	150	1,1	5,36	4,05	68,42	0	243
	Ряженка	100	2,80	4,00	4,20	67	0,3	400,00
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1150**	**41,3**	**43,41**	**157,66**	**1197,41**	**125,84**	

«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			
12.11.2026								
ЗАВТРАК	Каша манная молочная	180	5,04	5,85	26,82	181,03	1,4	268
	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	Фрукт	200	1,64	0,36	14,72	78,18	109,1	371,00
ОБЕД	Харчо с курицей	200	3,93	4,90	16,48	120,88	7,12	101,00
	Салат с капустой и морковкой	60	0,7	1,6	3,3	30,2	8,6	45
	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
	Каша гречневая с молоком	180	1,1	5,36	4,05	68,42	0	243
	Ряженка	100	2,80	4,00	4,20	67	0,3	400,00
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1590**	**49,69**	**49,77**	**160,41**	**1305,49**	**212,08**	