«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			
14.10.2026								
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая молочная	150	5,4	6,79	25,24	184,45	1,404	272
	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	Фрукт	200	1,64	0,36	14,72	78,18	109,1	371,00
ОБЕД								
	Свекольник на кур.бульоне со сметаной	150	10,5	12,94	10,08	198,25	10,44	05.фев
	Каша перловая рассыпчатая	120	2,52	1,04	18,08	91,85	0	248
	Гуляш с курином	70	21,70	2,61	3,05	122,65	0,18	277/1
	Хлеб ржано-пшеничный	100	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
	Венгерка с творогом	60	22,6	7,87	17,06	325	0	115
	Чай с сахаром	150	0,11	0,03	7,05	28,81	0,45	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1070**	**76,9**	**39,08**	**172,34**	**1461,56**	**121,609**	

«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			
14.10.2026								
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая молочная	180	5,4	6,79	25,24	184,45	1,4	272
	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	Фрукт	200	1,64	0,36	14,72	78,18	109,1	371,00
ОБЕД								
	Свекольник на кур.бульоне со сметаной	200	10,46	12,94	10,08	198,25	10,44	45693
	Каша перловая рассыпчатая	140	5,32	0,56	34,44	164,5	0	700
	Гуляш с курицей	70	21,70	2,61	3,05	122,65	0,18	277/1
	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
	Венгерка с творогом	150	22,58	7,87	17,06	325	0	115
	Чай с сахаром	180	0,13	0,04	8,46	77,52	0,045	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1500**	**73,28**	**36,07**	**187,93**	**1551,63**	**206,73**	