

Категория: Детский сад от
1года до3 лет



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

Прием пищи	Наименовани е блюда	Выход блюда	Пищевые вещества,			Энергетическа я ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
14.11.2025								
ЗАВТРАК	Каша дружба молочная	150	4,6	6,15	17,35	138,86	0,58	37
	Бутерброд с маслом	40	0,82	1,33	4,94	35,12	0	5,00
	Какао с молоком	150	2,43	2,65	11,28	79,4	0	514
2 ЗАВТРАК	Напиток из свежих яблок	150	0,14	0,02	14,42	60,96	6	10/15
ОБЕД								
	Суп овощной на кур.бульоне	150	4,80	7,38	6,90	114,015	20,51	77,00
	Каша гречневая	120	1,1	5,36	4,05	68,42	0	243
	Котлета Рыбная	80	15,69	2,78	8,06	120,52	0,576	351,00
	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
	Венгерка с творогом	100	19,92	13,56	31,32	408,4	0	237
	Чай с сахаром	150	0,11	0,03	7,05	28,81	0,45	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1160	57,6	40,72	158,79	1319,675	28,151	

Категория: Детский сад от
3-х до 7 лет



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергети- ческая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
14.11.2025								
ЗАВТРАК	Каша дружба молочная	180	1,1	5,36	4,05	68,42	0	243
	Бутерброд с маслом	40	0,82	1,33	4,94	35,12	0	5,00
	Какао с молоком	200	1,20	1,30	13,00	90	1,17	248
2 ЗАВТРАК	Напиток из свежих яблок	200	0,14	0,02	14,42	60,96	6	10/15
ОБЕД								
	Суп овощной на кур.бульоне	180	5,76	8,86	8,28	136,82	24,606	77,00
	Каша гречневая	140	1,1	5,36	4,05	68,42	0	243
	котлета Рыбная	90	2,52	1,04	18,08	91,85	0	248,00
	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
	Венгерка с творогом	150	19,92	13,56	31,32	408,4	0	237
	Чай с сахаром	200	0,13	0,04	8,46	77,52	0,045	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1680	37,19	31,95	165,26	1324,07	117,38	