

Категория: Детский сад от
1года до3 лет



«УТВЕРЖДАЮ»
заведующий СП ГБОУ СОШ № 4
г.о. Чапаевск – ДС № 20

С.М.Агафонова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества,			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
18.03.2024								
ЗАВТРАК	Каша гречневая с маслом и сахаром	150	6,54	7,16	32,98	223,46	1,56	70
	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	Кисель	180						
ОБЕД								
	Суп с рыбными консервами	150	5,13	2,83	5,45	68,13	4,83	87,00
	Макаронные отварные и яйцо отварное	120	4,59	1,96	28,22	148,7	0	108/205
	Хлеб пшеничный в/с	100	7,60	0,80	49,20	235	0	700
	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
	Суп пшеничный молочный	150	6,54	7,16	32,98	223,46	1,56	70
	Чай с сахаром	150	0,14	0,04	9,40	38,42	0,06	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1360	41,8	25,39	227,87	1316,86	8,05	

Категория: Детский сад от
3-х до 7 лет



«УТВЕРЖДАЮ»
заведующий СП ГБОУ СОШ № 4
г.о. Чапаевск – ДС № 20

С.М.Агафонова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
18.03.2024								
ЗАВТРАК	Каша гречневая с маслом и сахаром	150	6,54	7,16	32,98	223,46	1,56	70
	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	Кисель	180						
ОБЕД								
	Суп с рыбными консервами	150	5,13	2,83	5,45	68,13	4,83	87,00
	Макароны отварные и яйцо отварное	120	4,59	1,96	28,22	148,7	0	108/205
	Хлеб пшеничный в/с	100	7,60	0,80	49,20	235	0	700
	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
	Суп пшеничный молочный	150	6,54	7,16	32,98	223,46	1,56	70
	Чай с сахаром	150	0,14	0,04	9,40	38,42	0,06	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1360	41,8	25,39	227,87	1316,86	8,05	