

«УТВЕРЖДАЮ»

заведующий СП ГБОУ СОШ № 4
г. Чапаевск – ДС № 20

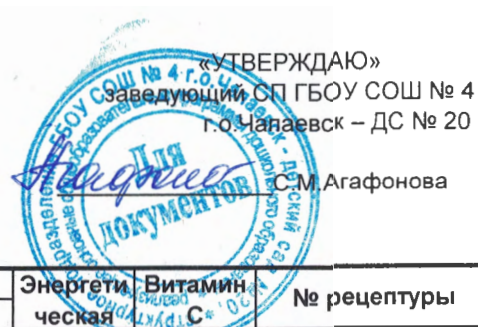
С.М.Агафонова

Категория: Детский сад от
1 года до 3 лет



Прием пищи	Наименовани е блюда	Выход блюда	Пищевые вещества,			Энергетическа я ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
18.12.2025								
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	Йогурт	100	2,80	4,00	4,20	67	0,3	400,00
ОБЕД	Салат с капусты и моркови	40	0,7	1,6	3,3	30,2	8,6	45
	Суп крестьянский на кур.бульоне со сметаной	150	10,46	12,94	10,08	198,25	10,44	40,00
	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
	Чай с сахаром	150	0,11	0,03	7,05	28,81	0,45	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1100	31,87	36,25	143,59	1225,41	20,51	

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			
18.12.2025								
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	Йогурт	100	2,80	4,00	4,20	67	0,3	400,00
ОБЕД	Салат с капусты и моркови	60	0,7	1,6	3,3	30,2	8,6	45
	Суп крестьянский на кур.бульоне со сметаной	200	6,34	10,14	13,72	171,9	6,74	40,00
	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 сахаром и маслом	180	1,1	5,36	4,05	68,42	0	243
	Чай с сахаром	180	0,13	0,04	8,46	77,52	0,045	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1570	27,48	32,45	151,39	1355,85	102,65	