

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			
19.03.2024								
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная	150	4,08	4,08	25,05	153	0,00	98
	Бутерброд с маслом	50	4,55	5,41	19,57	145,37	0	3
	Какао с молоком	200	2,43	2,65	11,28	79,4	0	514
2 ЗАВТРАК	Фрукт (апельсин)	180						
ОБЕД								
	Суп гороховый на курином бульоне	150	3,29	3,07	9,79	81	3,48	81,00
	Каша пшенная с гуляшом	150	3,82	1,64	23,52	123,92	0	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
	Каша гречневая молочная	150	4,67	4,86	20,94	146	0,00	168
	Чай с сахаром	150	0,14	0,04	9,40	38,42	0,06	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1450	38,6	24,01	222,17	1267,28	3,58	

Категория: Детский сад от
3-х до 7 лет

«УТВЕРЖДАЮ»
заведующий СГ 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			
19.03.2024								
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная	150	4,08	4,08	25,05	153	0,00	98
	Бутерброд с маслом	50	4,55	5,41	19,57	145,37	0	3
	Какао с молоком	200	2,43	2,65	11,28	79,4	0	514
2 ЗАВТРАК	Фрукт (апельсин)	180						
ОБЕД								
	Суп гороховый на курином бульоне	150	3,29	3,07	9,79	81	3,48	81,00
	Каша пшеничная с гуляшом	150	3,82	1,64	23,52	123,92	0	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
	Каша гречневая молочная	150	4,67	4,86	20,94	146	0,00	168
	Чай с сахаром	150	0,14	0,04	9,40	38,42	0,06	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1450	38,59	24,01	222,17	1267,28	3,58	