«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, Б	Ж	У	Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
19.10.2026								
ЗАВТРАК	Каша гречневая с сахаром и маслом	150	1,10	5,36	4,05	68,42	0,00	243
	Бутерброд с маслом с сыром	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	Чай с конфетой	150	0,14	0,02	14,42	60,96	6	10/15
ОБЕД								
	Рассольник с тушенкой	150	14,90	17,80	17,58	290,73	6,78	76,00
	Яйцо отварное	20	2,54	2,30	0,14	31,5	0	87
	Макароны отварные с маслом	120	2,55	1,09	15,68	82,61	0	205
	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
	Рулет с повидлом	60	14,16	5,26	83,62	438,14	0	46
	Напиток из шиповника	160	0,68	0,00	23,05	94,9	60	533
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1100**	**47,3**	**37,27**	**228,18**	**1446,95**	**72,815**	

«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			
19.10.2026								
ЗАВТРАК	Каша гречневая с сахаром и маслом	180	1,10	5,36	4,05	68,42	0,00	243
	Бутерброд с маслом и сыром	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	Чай с конфетой	200	0,14	0,02	14,42	60,96	6	10/15
ОБЕД								
	Рассольник с тушенкой	200	14,90	17,80	17,58	290,73	6,78	76,00
	Сосиска отварная	80	8,8	19,12	0,32	208,8	0	108
	Макароны отварные	150	4,59	1,96	28,22	148,7	0	205
	Хлеб ржано-пшеничный	130	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
	Рулет с повидлом	120	16,54	14,76	21,72	351,71	0	326
	Напиток из шиповника	200	0,68	0,00	23,05	94,9	60	533
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1680**	**44,73**	**43,40**	**184,24**	**1625,3**	**158,34**	