

Категория: Детский сад от
1года до3 лет



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

С.М.Агафонова

Прием пищи	Наименовани е блюда	Выход блюда	Пищевые вещества,			Энергетическа я ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
19.11.2025								
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая молочная	150	5,4	6,79	25,24	184,45	1,404	272
	Бутерброд с маслом	40	2,06	3,33	12,36	87,8	0	5,00
	Какао с молоком	150	1,20	1,30	13,00	90	1,17	248
2 ЗАВТРАК	Фрукт	200	1,64	0,36	14,72	78,18	109,1	371
ОБЕД								
	Свекольник на кур.бульоне	150	10,5	12,94	10,08	198,25	10,44	05.фев
	Пюре гороховое	120	10,65	5,35	27,35	199	0	56,00
	Гуляш с мясом	70	21,70	2,61	3,05	122,65	0,18	277/1
	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
	Творожный пудинг с манкой и сгу.молоком	120	18,2	12,9	29,2	306	0,23	128
	Чай с сахаром	150	0,11	0,03	7,05	28,81	0,45	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1200	68,75	41,72	195,47	1560,31	123,01	

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			
19.11.2025								
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая молочная	180	5,4	6,79	25,24	184,45	1,4	272
	Бутерброд с маслом	40	0,82	1,33	4,94	35,12	0	5,00
	Какао с молоком	180	1,20	1,30	13,00	90	1,17	248
2 ЗАВТРАК	Фрукт	200	1,64	0,36	14,72	78,18	109,1	371
ОБЕД								
	Свекольник на кур.бульоне	200	10,46	12,94	10,08	198,25	10,44	45693
	Пюре гороховое	120	10,65	5,35	27,35	199	0	56,00
	Гуляш с мясом	70	21,70	2,61	3,05	122,65	0,18	277/1
	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
	Творожный пудинг с манкой и сгу.молоком	150	22,71	16,14	36,5	382	0,28	128
	Чай с сахаром	180	0,13	0,04	8,46	77,52	0,045	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1500	72,18	42,99	202,00	1653,73	208,18	