

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			
20.03.2024								
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая молочная	150	5,22	6,05	26,64	182,65	1,40	171
	Бутерброд с маслом	40	0,82	1,33	4,94	35,12	0,5	
	Чай с сахаром	180	2,40	2,54	11,10	77,52	1,3	508
2 ЗАВТРАК	Клюквенный морс	180	0,10	0,04	8,71	34,72	20	123,00
ОБЕД	Салат из моркови	40	0,49	0,04	4,64	20,92	1,92	41
	Борщ на м/к бульоне	150	11,59	14,45	13,61	231,43	79,7	57,00
	Азу	150	3,80	0,40	24,60	117,5	0	700
	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 вермишелевый молочный	150	5,22	6,05	26,64	182,65	1,40	171
	Чай с сахаром	150	0,14	0,04	9,40	38,42	0,06	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1460	45,4	33,2	232,90	1421,1	105,82	

Категория: Детский сад от
3-х до 7 лет



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

С.М.Агафонова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
20.03.2024								
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая молочная	150	5,22	6,05	26,64	182,65	1,40	171
	Бутерброд с маслом	40	0,82	1,33	4,94	35,12	0	5
	Чай с сахаром	180	2,40	2,54	11,10	77,52	1,3	508
2 ЗАВТРАК	Клюквенный морс	180	0,10	0,04	8,71	34,72	20	123,00
ОБЕД	Салат из моркови	60	0,74	6,96	31,38	0	2,88	41
	Борщ на м/к бульоне	150	11,59	14,45	13,61	231,43	79,7	57,00
	Азу	200	17,53	13,30	29,46	342	7,32	637
	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 вермишелевый молочный	150	5,22	6,05	26,64	182,65	1,40	171
	Чай с сахаром	150	0,14	0,04	9,40	38,42	0,06	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1530	59,37	53,02	264,50	1624,68	114,10	