

Категория: Детский сад от  
1 года до 3 лет



«УТВЕРЖДАЮ»  
заведующий СП ГБОУ СОШ № 4  
Чебоксары – ДС № 20  
С.М.Агафонова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества,			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
20.04.2026								
ЗАВТРАК	Каша гречневая с сахаром и маслом	150	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	150	2,43	2,65	11,28	79,4	0	514
2 ЗАВТРАК	Чай с печеньем и 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
	Макаронные отварные с маслом	120	2,55	1,09	15,68	82,61	0	205
	Хлеб ржанопшеничный	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
	Сырники с творогом и сгущ.молоком	100	22,6	7,87	17,06	325	0	115
	Чай с сахаром	180	0,11	0,03	7,05	28,81	0,45	136
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1160</b>	<b>55,2</b>	<b>39,91</b>	<b>145,62</b>	<b>1267,72</b>	<b>13,265</b>	

Категория: Детский сад от  
3-х до 7 лет

«УТВЕРЖДАЮ»  
заведующий СП 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			
20.04.2026								
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 печеньем и конфетой	200	0,14	0,02	14,42	60,96	6	10/15
ОБЕД								
	Рассольник с тушеной	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
	Сырники с творогом и сгущ. молоком	150	22,58	7,87	17,06	325	0	115
	Чай с сахаром	180	0,13	0,04	8,46	77,52	0,045	136
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1690</b>	<b>50,22</b>	<b>36,55</b>	<b>164,99</b>	<b>1581,21</b>	<b>98,39</b>	