

Категория: Детский сад от
1 года до 3 лет



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

С.М. Агафонова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества,			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
20.05.2026								
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая молочная	150	5,4	6,79	25,24	184,45	1,404	272
	Бутерброд с маслом	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	Напиток из шиповника	150	0,68	0,00	23,05	94,9	60	533,00
ОБЕД								
	Борщ на м/к бульоне со сметаной	150	2,09	4,38	11,25	93,86	25,26	57,00
	Картошка тушенная с курицей	150	18,35	4,70	16,32	180	6,4	276,00
	Хлеб ржано-пшеничный	70	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	4,35	5,04	22,20	152,21	1,17	171
	Чай с сахаром	150	0,11	0,03	7,05	28,81	0,45	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1160	42,2	26,38	174,75	1113,92	94,719	

Категория: Детский сад от
3-х до 7 лет



«УТВЕРЖДАЮ»
заведующий СД 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			
20.05.2026								
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая полумолочная	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
	Кофейный напиток	180	2,43	2,65	11,28	79,4	0	514
2 ЗАВТРАК	Напиток из шиповника	200	0,68	0,00	23,05	94,9	60	533,00
ОБЕД								
	Борщ на м/к бульоне со сметаной	180	11,59	14,45	13,61	231,43	79,7	57,00
	Картошка тушенная с курицей	200	22,02	6,79	19,95	259	8,15	276,00
	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
	Суп вермишелевый молочный	180	10,74	10,72	2,71	150,43	0,6	307
	Чай с сахаром	180	0,13	0,04	8,46	77,52	0,045	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1640	39,91	37,46	167,90	1398,81	235,46	