

Категория: Детский сад от  
1 года до 3 лет



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

С. М. Агафонова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
21.05.2026								
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	150	13,43	13,40	3,39	188,04	0,75	307
	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	Клюквенный морс	150	0,1	0,04	8,71	34,72	20	123
ОБЕД								
	Суп куриный с клецками	150	3,12	4,26	11,45	89,44	3,21	37,00
	Запеканка рисовая с курицей	60	10,30	9,84	2,74	140	0	311,00
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	117,5	0	700
	Хлеб ржанопшеничный	20	1,54	0,28	7,54	40,2	0	701
	Компот из смеси сух/фруктов	150	0,31	0,06	15,72	64,17	0,035	527
Ужин	Каша манная молочная	150	8,95	8,93	2,26	125,36	0,00	307
	Чай с сахаром	150	0,11	0,03	7,05	28,81	0,45	136
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1070</b>	<b>44,9</b>	<b>41,22</b>	<b>99,68</b>	<b>942,76</b>	<b>24,445</b>	

«УТВЕРЖДАЮ»

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

Категория: Детский сад от  
3 х до 7 лет

С.М.Агафонова



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
21.05.2026								
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	180	16,11	16,07	4,07	225,65	0,90	307
	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 ОБЕД	Клюквенный морс	180	0,1	0,04	8,71	34,72	20	123
		30	0,66	0,12	2,28	13,2	10,5	71
	Суп куриный с клецками	180	7,69	10,42	7,27	154,37	22,716	37,00
	Запеканка рисовая с курицей	100	16,86	16,57	4,57	234,29	0	311,00
	Хлеб ржанопшеничный	30	2,31	0,42	11,31	60,3	0	701
	Хлеб пшеничный выс	70	5,32	0,56	34,44	164,5	0	700
	Компот из смеси сух/фруктов	200	0,42	0,08	20,96	85,56	85,56	527
Ужин	Каша молочная	180	10,74	10,72	2,71	150,43	63,36	307
	Чай с сахаром	180	0,13	0,04	8,46	77,52	0,045	136
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1550</b>	<b>63,59</b>	<b>59,02</b>	<b>121</b>	<b>1315,06</b>	<b>203,081</b>	