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

_____ С.М.Агафонова

Категория: Детский сад от 1года до3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества,			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
21.10.2026								
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	Фрукт	200	1,64	0,36	14,72	78,18	109,1	371
ОБЕД								
	Суп гороховый на кур. Бульоне с сухариками	150	3,29	3,07	9,79	81	3,48	81
	Капуста тушеная с мясом(курой)	150	6,75	5,62	5,52	191,25	14,25	336
	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
	Кисель	150	0,00	0,00	5,77	23,13	0	516
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1210**	**32,7**	**26,32**	**152,88**	**1089,91**	**129,439**	

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

С.М.Агафонова

Категория: Детский сад от 3-х до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
21.10.2026								
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
	Кофейный напиток	180	2,43	2,65	11,28	79,4	0	514
2 ЗАВТРАК	Фрукт	200	1,64	0,36	14,72	78,18	109,1	371
ОБЕД								
	Суп гороховый на кур. Бульоне с гренками	200	4,39	4,22	13,06	108	4,65	81
	Капуста тушеная с мясом(курой)	180	8,18	6,71	8,84	229,1	17,18	336
	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
	Кисель	200	0	0	11,54	46,26	0	516
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1660**	**33,54**	**27,55**	**150,99**	**1197,5**	**218,49**	