

Категория: Детский сад от
1 года до 3 лет



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества,			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
22.03.2024								
ЗАВТРАК	Каша Ассорти молочная	150	5,06	5,79	21,87	152,4	1,54	171
	Бутерброд с маслом	40	0,82	1,33	4,94	35,12	0	5,00
	Кофейный напиток с молоком	150	1,20	1,30	13,00	90	1,17	248
2 ЗАВТРАК	Витаминный напиток	150						
ОБЕД	Суп овощной куриный	180	5,76	8,86	8,28	136,82	24,6	77
	Каша перловая	120	2,52	1,04	18,08	91,85	0	248
	Рыба тушеная под соусом	80	16,08	5,52	2,24	122,4	3,52	35/8
	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	0,21	0,04	9,40	38,42	0,06	527
	Биточки творожно-морковные со сгущ.молоком	150	13,60	11,90	18,20	240	1,49	240
	Чай с сахаром	150	2,40	2,54	11,10	6	1,3	508
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1440	63	40,52	194,01	1349,01	33,68	

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			
22.03.2024								
ЗАВТРАК	Каша Ассорти молочная	150	5,06	5,79	21,87	152,4	1,54	171
	Бутерброд с маслом	40	0,82	1,33	4,94	35,12	0	5,00
	Кофейный напиток с молоком	150	1,20	1,30	13,00	90	1,17	248
2 ЗАВТРАК	Витаминный напиток	150						
ОБЕД	Суп овощной куриный	180	5,76	8,86	8,28	136,82	24,6	77
	Каша перловая	120	2,52	1,04	18,08	91,85	0	248
	Рыба тушеная под соусом	80	16,08	5,52	2,24	122,4	3,52	35/8
	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	0,21	0,04	9,40	38,42	0,06	527
	Биточки творожно-морковные со сгущ.молоком	150	13,60	11,90	18,20	240	1,49	240
	Чай с сахаром	150	2,40	2,54	11,10	6	1,3	508
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1440	62,95	40,52	194,01	1349,01	33,68	