«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			
22.10.2026								
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	160	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
	Салат со свеклой	40	0,77	2,43	3,34	37,56	3,8	33
	Суп вермишелевый на курином бульоне	150	2,69	2,84	17,45	118,25	6,83	103
	Запеканка рисовая с курицей	60	10,30	9,84	2,74	140	0	311,00
	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 пшенный молочный	150	8,95	8,93	2,26	125,36	0	307
	Чай с сахаром	150	0,11	0,03	7,05	28,81	0,45	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1120**	**47,6**	**42,95**	**114,58**	**1052,43**	**31,865**	



«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			
22.10.2026								
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	Клюквенный морс	180	0,1	0,04	8,71	34,72	20	123
Обед	Салат со свеклой	60	0,85	3,65	5,19	56,34	5,7	33
	Суп вермишелевый на курином бульоне	200	5,44	7,63	11,99	138,67	6,3	108
	Запеканка рисовая с курицей	100	16,86	16,57	4,57	234,29	0	311,00
	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 пшенный молочный	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
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1600**	**61,6**	**60,18**	**120,6**	**1318,7**	**181,865**	