

Категория: Детский сад от
1 года до 3 лет



«УТВЕРЖДАЮ»
заведующий СП ГБОУ СОШ № 4
г.о. Чапаяевск – ДС № 20
С.М.Агафонова

Прием пищи	Наименовани е блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическа я ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
22.12.2025								
ЗАВТРАК	Каша гречневая с сахаром и маслом	150	1,10	5,36	4,05	68,42	0,00	243
	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	Чай с кондитеркой	150	0,14	0,02	14,42	60,96	6	10/15
ОБЕД								
	Рассольник с тушенкой	150	14,90	17,80	17,58	290,73	6,78	76,00
	Яйцо отварное	20	2,54	2,30	0,14	31,5	0	87
	Макароны отварные с маслом	120	2,55	1,09	15,68	82,61	0	205
	Хлеб ржано-пшеничный	100	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
	Булочка с повидлом	60	14,16	5,26	83,62	438,14	0	46
	Чай с сахаром	180	0,11	0,03	7,05	28,81	0,45	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1120	46,8	37,3	212,18	1380,86	13,265	

Категория: Детский сад от
3-х до 7 лет



«УТВЕРЖДАЮ»
заведующий СП ГБОУ СОШ № 4
г.о. Чӑвашк – ДС № 20
С.М.Агафонова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетич еская	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
19.12.2025								
ЗАВТРАК	Суп рисовый молочный	180	3,99	6,75	17,21	146,39	1,4	274
	Бутерброд с маслом	40	0,82	1,33	4,94	35,12	0	5,00
	Какао с молоком	200	1,20	1,30	13,00	90	1,17	248
2 ЗАВТРАК	Лимонный напиток	200	0,14	0,02	14,42	60,96	6	0,67
ОБЕД								
	Суп вермишелевый на кур.бульоне	200	5,44	7,63	11,99	138,67	6,3	108
	Пюре картофельное	150	4,5	5,65	21,03	153,71	1,4	272
	Сельдь соленая	40	2,1	0,1	0	14,3	0	109
	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
	Винегрет	150	3,82	6,28	16,67	139,07	0	66
	Чай с сахаром	180	0,13	0,04	8,46	77,52	0,045	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1640	23,66	24,83	166,38	1142,3	101,88	