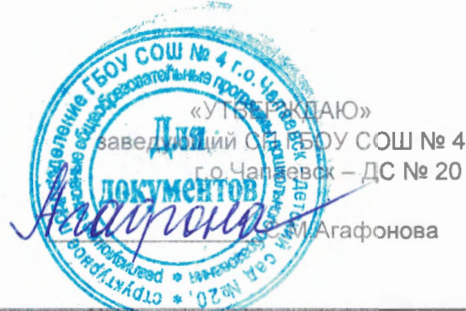


Категория: Детский сад от  
1года до3 лет



| Прием<br>пищи  | Наименовани<br>е блюда                     | Выход<br>блюда | Пищевые вещества, |       |        | Энергетическа<br>я ценность | Витамин<br>С | № рецептуры |
|----------------|--------------------------------------------|----------------|-------------------|-------|--------|-----------------------------|--------------|-------------|
|                |                                            |                | Б                 | Ж     | У      |                             |              |             |
| 24.08.2026     |                                            |                |                   |       |        |                             |              |             |
| ЗАВТРАК        | Каша гречневая молочная                    | 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 вафлей или печеньем                  | 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 вареное                               | 20             | 2,54              | 2,30  | 0,14   | 31,5                        | 0            | 87          |
|                | Макароны отварные                          | 120            | 2,55              | 1,09  | 15,68  | 82,61                       | 0            | 205         |
|                | Хлеб ржано-пшеничный                       | 50             | 3,8               | 0,4   | 24,6   | 117,5                       | 0            | 700         |
|                | Хлеб пшеничный в/с                         | 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         |
|                | Ленивые вареники с творогом и сгущ.молоком | 100            | 22,6              | 7,87  | 17,06  | 325                         | 0            | 115         |
|                | Чай с сахаром                              | 180            | 0,11              | 0,03  | 7,05   | 28,81                       | 0,45         | 136         |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: |                                            | 1130           | 52,8              | 39,19 | 140,06 | 1224,42                     | 13,265       |             |

Категория: Детский сад от  
3-х до 7 лет



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

| Прием<br>пищи  | Наименование<br>блюда                      | Выход<br>блюда | Пищевые вещества, г |       |        | Энергетическая | Витамин<br>С | № рецептуры |
|----------------|--------------------------------------------|----------------|---------------------|-------|--------|----------------|--------------|-------------|
|                |                                            |                | Б                   | Ж     | У      |                |              |             |
| 24.08.2026     |                                            |                |                     |       |        |                |              |             |
| ЗАВТРАК        | Каша гречневая молочная                    | 180            | 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                           | 180            | 2,43                | 2,65  | 11,28  | 79,4           | 0            | 514         |
| 2 ЗАВТРАК      | Чай с вафлей или печеньем                  | 200            | 0,14                | 0,02  | 14,42  | 60,96          | 6            | 10/15       |
| ОБЕД           |                                            |                |                     |       |        |                |              |             |
|                | Рассольник с тушеной                       | 200            | 14,90               | 17,80 | 17,58  | 290,73         | 6,78         | 76,00       |
|                | Сосиска отварная                           | 80             | 8,8                 | 19,12 | 0,32   | 208,8          | 0            | 108         |
|                | Макароны отварные                          | 150            | 4,59                | 1,96  | 28,22  | 148,7          | 0            | 205         |
|                | Хлеб ржано-пшеничный                       | 30             | 2,31                | 0,42  | 11,31  | 60,3           | 0            | 701         |
|                | Хлеб пшеничный в/с                         | 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         |
|                | Ленивые вареники с творогом и сгущ.молоком | 150            | 22,58               | 7,87  | 17,06  | 325            | 0            | 115         |
|                | Чай с сахаром                              | 180            | 0,13                | 0,04  | 8,46   | 77,52          | 0,045        | 136         |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: |                                            | 1660           | 47,84               | 35,71 | 173,04 | 1605,01        | 98,39        |             |