

Категория: Детский сад от
1 года до 3 лет



«УТВЕРЖДАЮ»
заведующий ОП ГБОУ СОШ № 4
г.о. Чувашская область – ДС № 20
С.М.Агафонова

Прием пищи	Наименовани е блюда	Выход блюда	Пищевые вещества,			Энергетическа я ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
25.12.2025								
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
ОБЕД	Салат из моркови	40	0,49	0,04	4,64	20,92	1,92	41
	Суп гороховый на кур бульоне	150	3,29	3,07	9,79	81	3,48	81
	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
	Каша геркулесовая полумолочная	150	5,4	6,79	25,24	184,45	1,404	272
	Чай с сахаром	150	0,11	0,03	7,05	28,81	0,45	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1210	34,1	28,81	128,46	917,63	28,039	

Категория: Детский сад от
3-х до 7 лет



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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергети- ческая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
25.12.2025								
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 из моркови	60	0,49	0,04	4,64	20,92	1,92	41
	Суп гороховый на кур. бульоне	180	4,39	4,22	13,06	108	4,65	81
	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
	Каша геркулесовая полумолочная	180	5,4	6,79	25,24	184,45	1,4	272
	Чай с сахаром	180	0,13	0,04	8,46	77,52	0,045	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1580	54,85	49,23	143,6	1286,63	114,475	