«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			
28.10.2026								
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая молочная	150	5,4	6,79	25,24	184,45	1,404	272
	Бутерброд с маслом	40	2,06	3,33	12,36	87,8	0	5,00
	Кофейный напиток с молоком	150	2,43	2,65	11,28	79,4	0	514
	Клюквенный морс	150	0,1	0,04	8,71	34,72	20	123
2 ЗАВТРАК	Фрукт	200	1,64	0,36	14,72	78,18	109,1	371,00
ОБЕД								
	Свекольник на кур.бульоне	150	10,5	12,94	10,08	198,25	10,44	05.фев
	Пюре гороховое	120	10,7	5,35	27,35	199	0	56
	Гуляш с курином	70	21,70	2,61	3,05	122,65	0,18	277/1
	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
	Пудинг творожный с джемом	100/30	15,1	10,75	24,33	255	0,19	128
	Чай с сахаром	150	0,11	0,03	7,05	28,81	0,45	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1280**	**77,7**	**46,31**	**197,59**	**1533,43**	**141,799**	

«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			
28.10.2026								
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая молочная	180	5,4	6,79	25,24	184,45	1,4	272
	Бутерброд с маслом	40	0,82	1,33	4,94	35,12	0	5,00
	Кофейный напиток с молоком	180	2,43	2,65	11,28	79,4	0	514
2 ЗАВТРАК	Фрукт	200	1,64	0,36	14,72	78,18	109,1	371,00
	Клюквенный морс	180	0,1	0,04	8,71	34,72	20	123
ОБЕД								
	Свекольник на кур.бульоне	200	10,46	12,94	10,08	198,25	10,44	45693
	Пюре гороховое	120	10,65	5,35	27,35	199	0	56
	Гуляш с курицей	70	21,70	2,61	3,05	122,65	0,18	277/1
	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
	Пудинг творожный с повидлом	120/30	18,17	10,75	24,33	255	0,19	128
	Чай с сахаром	180	0,13	0,04	8,46	77,52	0,045	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1650**	**79,62**	**44,34**	**196,8**	**1550,85**	**226,915**	