«УТВЕРЖДАЮ»
заведующий СП ГБОУ СОШ № 4
г.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			
29.09.2026								
ЗАВТРАК	Суп пшенный молочный	150	8,95	8,93	2,26	125,36	0,00	307
	Бутерброд с маслом	40	2,06	3,33	12,36	87,8	0	5,00
	Какао с молоком	150	2,43	2,65	11,28	79,4	0	514
2 ЗАВТРАК	Кисель	150	0,00	0,00	5,77	23,13	0	516,00
ОБЕД								
	Щи на кур. бульоне	150	1,04	2,93	5,09	35	11,07	67,00
	Плов с мясом	120	14,17	11,96	25,08	264	0,38	304
	Хлеб ржано-пшеничный	20	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 гречневая с маслом сахаром	150	4,67	4,86	20,94	146	0	168
	Чай с сахаром	150	0,11	0,03	7,05	28,81	0,45	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1230**	**41,44**	**36,15**	**143,25**	**1054,67**	**11,94**	

Категория: Детский сад от 3-х до 7 лет

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
29.09.2026								
ЗАВТРАК	Суп пшенный молочный	180	10,74	10,72	2,71	150,43	63,36	307
	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	Кисель	200	0,00	0,00	11,54	46,26	0	516,00
ОБЕД								
	Щи на кур. бульоне	200	1,74	4,88	9,21	85	18,45	67,00
	Плов с мясом	140	14,17	11,96	25,08	264	0,38	304
	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 гречневая с маслом сахаром	180	5,59	4,75	25,11	165,6	0	168
	Чай с сахаром	180	0,13	0,04	8,46	77,52	0,045	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1620	42,51	36,46	158,71	1200,49	168,97	