

«УТВЕРЖДАЮ»

заведующий СП ГБОУ СОШ № 4  
г. Чапаевск – ДС № 20

Категория: Детский сад от  
1 года до 3 лет

С.М.Агафонова



| Прием<br>пищи  | Наименовани<br>е блюда            | Выход<br>блюда | Пищевые вещества, |      |        | Энергетическа<br>я ценность | Витамин<br>С | № рецептуры |
|----------------|-----------------------------------|----------------|-------------------|------|--------|-----------------------------|--------------|-------------|
|                |                                   |                | Б                 | Ж    | У      |                             |              |             |
| 31.07.2026     |                                   |                |                   |      |        |                             |              |             |
| ЗАВТРАК        | Каша<br>кукурузная<br>молочная    | 150            | 4,67              | 4,86 | 20,94  | 146                         | 0            | 168         |
|                | Бутерброд с<br>маслом             | 40             | 0,82              | 1,33 | 4,94   | 35,12                       | 0            | 5,00        |
|                | Кофейный<br>напиток               | 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           |                                   |                |                   |      |        |                             |              |             |
|                | Суп овощной с<br>курицей          | 150            | 4,80              | 7,38 | 6,90   | 114,015                     | 20,51        | 77,00       |
|                | Каша<br>перловая                  | 110            | 18,35             | 4,70 | 16,32  | 180                         | 6,4          | 276,00      |
|                | Котлета<br>Рыбная                 | 80             | 15,69             | 2,78 | 8,06   | 120,52                      | 0,576        | 351,00      |
|                | Хлеб<br>пшеничный в/с             | 50             | 3,8               | 0,4  | 24,6   | 117,5                       | 0            | 700         |
|                | Хлеб ржано-<br>пшеничный          | 20             | 1,54              | 0,28 | 7,54   | 40,2                        | 0            | 701         |
|                | Компот из<br>смеси<br>сух/фруктов | 150            | 0,31              | 0,06 | 15,72  | 64,17                       | 0,035        | 527         |
| уплатнены      | Суп пшеничный<br>молочный         | 150            | 8,95              | 8,93 | 2,26   | 125,36                      | 0,00         | 307         |
| ужин           | Чай с сахаром                     | 150            | 0,11              | 0,03 | 7,05   | 28,81                       | 0,45         | 136         |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: |                                   | 1200           | 61,5              | 33,4 | 131,38 | 1074,225                    | 27,971       |             |

Категория: Детский сад от  
3-х до 7 лет



«УТВЕРЖДАЮ»  
заведующий СП ГБОУ СОШ № 4  
г. Напаревск – 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     |                |              |             |
| 31.07.2026     |                             |                |                     |       |       |                |              |             |
| ЗАВТРАК        | Каша кукурузная молочная    | 180            | 5,59                | 4,75  | 25,11 | 165,6          | 0            | 168         |
|                | 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      | Кисель                      | 200            | 0,00                | 0,00  | 11,54 | 46,26          | 0            | 516,00      |
| ОБЕД           |                             |                |                     |       |       |                |              |             |
|                | Суп овощной с курицей       | 180            | 5,76                | 8,86  | 8,28  | 136,82         | 24,606       | 77,00       |
|                | Каша перловая               | 130            | 22,02               | 6,79  | 19,95 | 259            | 8,15         | 276,00      |
|                | Котлета рыбная              | 90             | 2,52                | 1,04  | 18,08 | 91,85          | 0            | 248,00      |
|                | 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         |
| уплатнены      | Суп пшеничный молочный      | 180            | 10,74               | 10,72 | 2,71  | 150,43         | 63,36        | 307         |
| ужин           | Чай с сахаром               | 200            | 0,13                | 0,04  | 8,46  | 77,52          | 0,045        | 136         |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: |                             | 1680           | 58,06               | 37,24 | 177,1 | 1352,36        | 181,721      |             |