

Категория: Детский сад от
1 года до 3 лет



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

Прием пищи	Наименовани е блюда	Выход блюда	Пищевые вещества,			Энергетическа я ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
06.10.2025								
ЗАВТРАК								
	Макароны отварные с маслом и сахаром	150	3,82	1,64	23,52	123,92	0	205
	Бутерброд с маслом и сыром	40	0,82	1,33	4,94	35,12	0	5,00
	Какао с молоком	150	2,43	2,65	11,28	79,4	0	514
2 ЗАВТРАК	Сок	150	0,50	0,10	10,10	46	2	134,00
ОБЕД								
	Суп с рыбными консервами	150	5,13	2,83	5,45	68,13	4,83	213,00
	Каша гречневая с соусом	150	2,15	1,44	14,57	80,11	17,2	321,00
	Яйцо	20	2,54	2,30	0,14	31,5	0	18,00
	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
	Булочка домашняя	60	14,16	5,26	83,62	438,14	0	46
	Чай с сахаром	150	0,11	0,03	7,05	28,81	0,45	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1090	31,16	13,66	214,09	1196,3	24,52	

Категория: Детский сад от
3-х до 7 лет



«УТВЕРЖДАЮ»
заведующий СП ГБОУ СОШ № 4
г.о.Чапавск – ДС № 20

С.М.Агафонова
С.М.Агафонова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергети ческая	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
06.10.2025								
ЗАВТРАК	Макароны отварные с маслом и сахаром	180	5,00	1,96	28,22	148,7	0	168
	Бутерброд с маслом и сыром	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	Сок	200	1,00	0,20	20,20	92	4	134,00
ОБЕД								
	Суп с рыбными консервами	180	6,16	45750,00	6,53	81,76	5,796	18,00
	Каша гречневая с соусом	130	1,48	0,32	13,25	70,36	30,96	321,00
	Сосиска отварная	80	8,80	19,12	0,32	208,8	0	108,00
	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
	Булочка домашняя	120	16,54	14,76	21,72	351,71	0	326
	Чай с сахаром	200	0,13	0,04	8,46	77,52	0,045	136
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1630	38,97	45771,07	175,30	1442,53	127,53	