

Категория: Детский сад от
1года до3 лет



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества,			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
09.01.2024								
ЗАВТРАК	Каша гречневая с маслом и сахаром	150	1,10	5,36	4,05	68,42	0,00	243
	Бутерброд с маслом	40	0,82	1,33	4,94	35,12	0	5,00
	Чай с сахаром	150	2,40	2,54	11,10	77,52	1,3	508
2 ЗАВТРАК	Кисель	150	0,14	0,02	14,42	60,96	0	15.окт
ОБЕД								
	Рассольник с курицей	150	14,90	17,80	17,58	290,73	6,78	76,00
	Макароны отварные и яйцо	120	4,59	1,96	28,22	148,7	0	108/205
	Хлеб пшеничный в/с	100	7,60	0,80	49,20	235	0	700
	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
	Булочка с повидлом	150	19,92	13,56	31,32	408,4	0	237
	Чай с сахаром	150	2,40	2,54	11,10	77,52	1,3	508
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1330	61,9	47,37	225,35	1667,54	9,42	

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			
09.01.2024								
ЗАВТРАК	Каша гречневая с маслом и сахаром	150	1,10	5,36	4,05	68,42	0,00	243
	Бутерброд с маслом	40	0,82	1,33	4,94	35,12	0	5,00
	Чай с сахаром	150	2,40	2,54	11,10	77,52	1,3	508
2 ЗАВТРАК	Кисель	150	0,14	0,02	14,42	60,96	0	15.окт
ОБЕД								
	Рассольник с курицей	150	14,90	17,80	17,58	290,73	6,78	76,00
	Макароны отварные с сосиской	120	4,59	1,96	28,22	148,7	0	108/205
	Хлеб пшеничный в/с	100	7,60	0,80	49,20	235	0	700
	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
	Булочка с повидлом	150	19,92	13,56	31,32	408,4	0	237
	Чай с сахаром	150	2,40	2,54	11,10	77,52	1,3	508
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1330	61,88	47,37	225,35	1667,54	9,42	