

Старша
я
дошкол
ьная
группа

МОУ "Анишинская средняя школа имени Героя Советского Союза А.С. Гостева"

Утверждено МОУ
"Анишинская СШ
имени Героя
Советского Союза
А.С. Гостева"
Л.Г. Афолина



Дата 11.03.2025

ДЕНЬ 2							
Наименование блюда		Пищевые вещества					
Завтрак		Вес блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетиче ская ценность, ккал	№ ТК
Запеканка из творога с джемом	г	170	23,85	11,55	22,5	291	279
Чай с лимоном	г	200	0,3	0,1	9,5	40	459
Батон нарезной	г	20	1,5	,58	10,28	52,4	111
Сок мультифруктовый	г	200	1,0	0,2	20,2	86	501
Итого завтрак:		590	26,65	12,43	62,48	469,4	
Обед							
Салат из свеклы отварной	г	60	0,9	4	5	55	26
Суп гороховый	г	200	9,05	5,26	11,68	131	144
Биточек из курицы	г	90	17,2	3,9	12	151,8	54-23м2020
Каша гречневая рассыпчатая	г	150	8,55	7,8	37	253	202
Компот из изюма	г	200	0,8	0,01	30	120	494
Хлеб ржано-пшеничный	г	30	1,98	0,36	10,2	54,3	110
Батон нарезной	г	20	1,5	,58	10,28	52,4	111
Итого обед:	г	750	39,98	21,91	116,16	817,5	
Полдник							
Молоко кипяченое	г	200	5,800	5,300	9,100	107,000	469
Печенье	г	50	2,200	2,900	22,200	139,500	582
Итого за полдник:	г	350	8	8,2	31,3	246,5	
Итого за день:	г	1690	74,63	37,04	209,94	1533,4	