

Старшая  
дошкольная 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. Афонина



Дата 13.05.2025

| Наименование блюда                       |          | Пищевые вещества |              |              |               |                                         |            |
|------------------------------------------|----------|------------------|--------------|--------------|---------------|-----------------------------------------|------------|
| Завтрак                                  |          | Вес блюда        | Белки        | Жиры         | Углевод<br>ы  | Энергетиче<br>ская<br>ценность,<br>ккал | №<br>ТК    |
| Творожная запеканка со сгущенным молоком | г        | 170              | 25,29        | 13,25        | 33,7          | 357                                     | 279        |
| Чай с сахаром                            | г        | 200              | 0,2          | 0,1          | 9,3           | 38                                      | 457        |
| Батон нарезной                           | г        | 30               | 1,5          | 0,58         | 10,28         | 52,4                                    | 111        |
| Сок мультифруктовый                      | г        | 200              | 1,0          | 0,2          | 20,2          | 86                                      | 501        |
| <b>Итого завтрак:</b>                    |          | <b>600</b>       | <b>27,99</b> | <b>14,13</b> | <b>73,48</b>  | <b>533,4</b>                            |            |
| <b>Обед</b>                              |          |                  |              |              |               |                                         |            |
| Салат из свеклы с соленым огурцом        | г        | 60               | 0,8          | 3,7          | 3,7           | 73                                      | 31         |
| Суп фасолевый                            | г        | 200              | 3,67         | 4,4          | 15,27         | 115,5                                   | 121        |
| Биточек из курицы                        | г        | 90               | 17,2         | 3,9          | 12            | 151,8                                   | 54-23м2020 |
| Рис отварной                             | г        | 150              | 3,69         | 6,1          | 33,81         | 204,6                                   | 414        |
| Напиток из шиповника                     | г        | 200              | 0,7          | 0,3          | 18,3          | 78                                      | 496        |
| Хлеб ржано-пшеничный                     | г        | 30               | 1,980        | 0,360        | 10,200        | 54,300                                  | 110        |
| Батон нарезной                           | г        | 20               | 1,500        | 0,580        | 10,280        | 52,400                                  | 111        |
| <b>Итого обед:</b>                       | <b>г</b> | <b>750</b>       | <b>29,54</b> | <b>19,34</b> | <b>103,56</b> | <b>790,24</b>                           |            |
| <b>Полдник</b>                           |          |                  |              |              |               |                                         |            |
| Молоко кипяченое                         | г        | 200              | 5,800        | 5,300        | 9,100         | 107,000                                 | 469        |
| Пряник                                   | г        | 50               | 1,77         | 1,41         | 22,5          | 109,8                                   | 581        |
| <b>Итого за полдник:</b>                 | <b>г</b> | <b>350</b>       | <b>7,57</b>  | <b>6,71</b>  | <b>31,6</b>   | <b>216,8</b>                            |            |
| <b>Итого за день:</b>                    | <b>г</b> | <b>1700</b>      | <b>65,1</b>  | <b>41,04</b> | <b>208,64</b> | <b>1540,44</b>                          |            |