

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 16.04.2025

Наименование блюда		Пищевые вещества					
		Вес блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетиче ская ценность, ккал	№ ТК
<b>Завтрак</b>							
Каша «Дружба»	г	180	5	6	24,1	230	260
Чай с сахаром	г	200	0,2	0,1	9,3	38	457
Бутерброд с сыром	г	40	6,900	9,000	10,000	149,000	63
Сок мультифруктовый	г	200	1,0	0,2	20,2	86	501
<b>Итого завтрак:</b>		<b>620</b>	<b>13,1</b>	<b>15,3</b>	<b>63,6</b>	<b>503</b>	
<b>Обед</b>							
Зеленый горошек консервированный	г	30	0,2	0,03	0,62	3,3	148
Рассольник "Ленинградский" на м/б	г	200	6,100	6,480	10,600	127,000	134
Гуляш из говядины	г	100	16,9	16	4	232	202
Каша гречневая рассыпчатая	г	150	8,55	7,8	37	253	202
Компот из кураги	г	200	0,600	0,000	9,700	40,000	494
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>730</b>	<b>35,83</b>	<b>31,25</b>	<b>82,4</b>	<b>762</b>	
<b>Полдник</b>							
Чай с сахаром	г	200	0,2	0,1	9,3	38	457
Омлет натуральный	г	150	13	20	3,2	246	268
Батон нарезной	г	30	2,25	0,87	15,42	78,6	111
<b>Итого за полдник:</b>	<b>г</b>	<b>380</b>	<b>15,45</b>	<b>20,97</b>	<b>27,92</b>	<b>320,4</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>г</b>	<b>1730</b>	<b>64,38</b>	<b>67,52</b>	<b>173,92</b>	<b>1585,4</b>	