

Старша  
я  
дошкол МОУ "Анишинская средняя школа имени Героя Советского Союза А.С. Гостева"  
бная  
группа

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



Дата 18.03.2025

Наименование блюда		Пищевые вещества					
		Вес блюда	Белки	Жиры	Угледо ды	Энергетиче ская ценность, ккал	№ ТК
<b>Завтрак</b>							
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>	