

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 20.03.2025

Наименование блюда		Пищевые вещества					
		Вес блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетиче ская ценность, ккал	№ ТК
Завтрак							
Каша пшеничная молочная	г	200	8,3	10,1	37,6	37,6	256
Кофейный напиток с молоком	г	200	2,800	2,500	13,600	88,000	465
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
Итого завтрак:	г	640	19	21,8	81,4	360,6	
Обед							
Салат витаминный	г	60	1	3	3	44	2
Суп гороховый	г	200	9,05	5,26	11,68	131	144
Котлеты мясная	г	90	17,2	3	12	151,8	
Рис отварной	г	150	3,69	6,1	33,81	204,6	414
Компот из сухофруктов	г	200	0,6	0	20,1	84	495
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
Итого обед:	г	750	35,25	39,48	18,8	690,9	
Полдник							
Кисель	г	200	0,5	0,2	19,8	81	503
Сырники творожные со сгущ.мол.	г	150/20	10,20	12,69	40,20	498,30	
Итого за полдник:	г	350	10,7	12,89	60	579,3	
Итого за день:	г	1735	64,95	74,17	160,2	1630,8	