

Млад
шая
дошко
льная
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 21.07.2025

Наименование блюда							
Завтрак		Пищевые вещества					
		Вес блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетиче ская ценность, ккал	№ ТК
Каша «Дружба»	г	150	4,16	4,99	20,08	191,6	260
Чай с сахаром	г	180	0,18	0,09	8,37	34,2	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
Итого завтрак:		570	12,24	14,28	58,65	460,8	
Обед							
Зеленый горошек консервированный	г	30	0,2	0,03	0,62	3,3	148
Рассольник "Ленинградский" на м/б	г	180	5,49	5,832	9,54	114,3000	134
Гуляш из говядины	г	70	11,83	11,2	2,8	162,4	202
Каша гречневая рассыпчатая	г	120	6,84	6,24	29,5	202,3	202
Компот из кураги	г	180	0,5400	0,000	8,7300	32,4000	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
Итого обед:	г	630	28,38	24,24	71,67	621,4	
Полдник							
Чай с сахаром	г	180	0,18	0,09	8,37	34,2	457
Омлет натуральный	г	150	13	20	3,2	246	268
Батон нарезной	г	30	2,25	0,87	15,42	78,6	111
Итого за полдник:	г	360	15,43	20,96	26,99	358,8	
Итого за день:	г	1560	56,05	59,48	157,31	1441	