

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. Афолина



Дата 28.03.2025

ДЕНЬ 5							
Наименование блюда		Пищевые вещества					
Завтрак		Вес блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетиче ская ценность, ккал	№ ТК
Каша манная молочная	г	200	6,21	7,47	25,09	192	
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
Банан	г	100	1,8	0,6	22,8	96	82
Итого завтрак:		540	17,71	19,57	71,49	525	
Обед							
Салат витаминный	г	60	1	3	3	44	2
Борщ с капустой и картофелем	г	200	6,83	8	10,65	120	95
Птица запеченная	г	100	10,4	6,5	10,7	180	312
Картофельное пюре	г	150	4,05	6	8,7	161	377
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
Итого обед:	г	760	26,46	24,74	71,83	689,7	
Полдник							
Компот из сухофруктов	г	200	0,6	0	20,1	84	495
Макароны отварные с сыром	г	170	9	7,7	26,5	336	259
Батон нарезной	г	20	1,500	0,580	10,280	52,400	111
Итого за полдник:	г	390	11,1	20,4	56,88	521	
Итого за день:	г	1690	55,27	64,71	200,2	1735,7	