

УТВЕРЖДЕНО:

Директор ГБОУ СОШ пос. Новоспасский

_____ О.П.Воронина

04.12.2025г

05.12.2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал.)	№ Рецепт туры
			белки	жиры	углеводы		
завтрак	Пудинг творожный запеченный, молочный соус.	150/50	24.26	8.31	39.75	330.81	17
	Хлеб с маслом,	35/5	2.72	5.4	17.45	127.1	
	Кофейный напиток	200	2.79	3.19	19.71	118.69	20
2 завтрак	Сок фруктовый	100	0.5	-	13.7	56.0	к/к98
Обед:							
	Борщ из свежей капусты	200	2.75	4.4	17.5	114.1	36
		70	10.36	1.93	6.79	85.93	14
	Плов с мясом	200	17.4	14.4	30.35	262.6	58
	Компот из сухофруктов	200	0.56	-	27.89	113.79	23
	Хлеб (пш.рж)	25/37	4,24	1.17	24.37	128.65	
Полдник:	Печенье	24	2.5	1.25	18.4	109.9	105
	Чай с сахаром	200	0.12	-	12.04	48.64	2
Итого за день:			58.12	38.15	222.35	1415.49	