

УТВЕРЖДЕНО:

Директор ГБОУ СОШ пос. Новоспасский

\_\_\_\_\_ О.П.Воронина

08.12.2025г

09.12.2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал.)	№ Рецепт туры
			белки	жиры	углеводы		
завтрак	Суп молочный вермишелевый	200	5.58	6.12	19.73	156.08	7
	Хлеб с маслом	35/5	2.72	5.4	17.45	127.1	
	Чай с сахаром	200	0.12	-	12.04	48.64	2
Обед:							
	Рассольник домашний с курой	200	4.6	7.4	14.7	147.1	101
	Жаркое по домашнему	190	21.16	34.25	24.65	491.49	32
	Отвар шиповника	200	0.34	-	14.05	56.5	84
	Хлеб (пш.рж)	25/37	4,24	1.17	24.37	128.65	
Полдник:	Ватрушка с повидлом	60/20	4.42	6.56	43.03	255.85	45
	Кофейный напиток	200	2.79	3.19	19.71	118.69	20
Итого за день:			45.97	64.06	189.7	1530.3	