

УТВЕРЖДЕНО:

И.О. директора ГБОУ СОШ пос. Новоспасский

_____ О.П.Воронина

30.09.2025г

01.10.2025г.

Прием пищи среда	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал.)	№ Рецепт туры
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак:	Пудинг творожный запеченный,молоч ный соус.	150/50	24.26	8.31	39.75	330.81	17
	Хлеб с маслом, сыром	35/5/10	5.02	8.3	17.4	163.3	
	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:							
	Щи из свежей капусты с курой.	200	4.2	7.2	7.1	113.2	1/1
	Котлета мясная	70	10.68	11.72	5.74	176.75	22
	Макароны	130	4.79	4.59	30.62	182.95	34
	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	42	2.5	1.25	18.4	109.9	105
	Чай с сахаром.	200	0.12	-	12.04	48.64	2
Итого за день:			62.12	46.98	235.12	1652.78	

