

УТВЕРЖДЕНО:

И.О. директора ГБОУ СОШ пос. Новоспасский

_____ О.П.Воронина

09.10.2025г

10.10.2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал.)	№ Рецепт туры
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак:	Пудинг творожный запеченный,молоч ный соус.	80/50	12.13	4.16	19.87	165.40	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	100	0.5	-	13.7	56.0	к/к98
Обед:							
	Борщ из свежей капусты	200	2.75	4.4	17.5	114.1	36
	Плов с мясом	200	17.4	14.4	30.35	262.6	58
	Компот из с/ф	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:			47.99	35.25	207.17	1194.09	