

**УТВЕРЖДЕНО:**

**Директор ГБОУ СОШ пос. Новоспасский**

**О.П.Воронина**

**09.12.2025г**

**10.12.2025г.**

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,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:	Салат «Агенчик»(с зеленым горошком)	40	0.71	3.64	2.64	45.92	73
	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	24	2.5	1.25	18.4	109.9	105
	Чай с сахаром	200	0.12	-	12.04	48.64	2

Итого за день:			60.37	49.37	219.36	1588.8	
----------------	--	--	-------	-------	--------	--------	--