

Утверждено:
Директор ГБОУ СОШ пос.Новоспасский

_____ **О .П. Воронина**

11.11. 2025

Ежедневное меню

12.11.2025г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
			белки	жиры	углеводы	
среда						
Завтрак	Каша рисовая молочная	200	6,98	10,4	25,0	222,38
	Хлеб с маслом	35/5	2,72	5,4	17,4	127,1
	Кофейный напиток	200	2,79	3,19	19,71	118,69
Обед	Салат из зеленого горошка с луком	50	0,58	3,09	3,84	49,07
	Суп картофельный с бобами	200	1,87	3,11	10,87	79,03
	Котлета из курицы	75	14,5	3,6	9,4	128,0
	Капуста тушеная	130	4,36	12,31	13,71	173,19
	Кисель	200	1,36	-	29,02	116,19
	Хлеб (пш/рж)	25/37	4,24	1,17	24,37	128,85
Полдник	Ватрушка с Повидлом	60/20	4,42	6,56	43,03	255,85
	Отвар шиповника	200	0,34	-	14,05	56,5
Итого за день			44,16	48,83	210,4	1454,85