

Утверждено:  
Директор ГБОУ СОШ пос.Новоспасский

О .П. Воронина

13.01.2026г.

**Ежедневное меню**

**14.01.2026г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
			белки	жиры	углеводы	
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						
	Суп картофельный с клецками	200	3,0	2,63	13,47	89,55
	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	Сырники творожные запеченные	100	15,5	9,2	23,3	244,6
	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64
Итого за день			55,57	47,9	188,02	1397,19