

УТВЕРЖДЕНО:

и.о.директора ГБОУ СОШ пос. Новоспасский

_____С.В. Володкина

14.08..2025г

15.08.2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал.)	№ Рецепт туры
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак: пятница	Пудинг творожный запеченный, молочный соус.	150/50	24.26	8.31	39.75	330.81	17
	Хлеб с маслом с	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:	Свежий огурец	40	0.28	0.03	1.19	4.9	к/к99
	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:	пряник	40	2.72	2.4	28.12	143.6	к/к
	Чай с сахаром	200	0.12	-	12.04	48.64	2
Итого за день			58.34	39.33	231.99	1449.19	