

УТВЕРЖДЕНО:

И.О. директора ГБОУ СОШ пос. Новоспасский

_____ О.П.Воронина

14.10.2025г

15.10.2025г.

Прием пищи среда	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал.)	№ Рецепт туры
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак:	Каша молочная манная	200	6.2	8.9	25.6	206.3	27
	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/к 98
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 с/фруктов.	200	0.56	-	27.89	113.79	23
	Хлеб (пш.рж)	25/37	4,24	1.17	24.37	128.65	
Полдник:	Печенье	24	2.72	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	