

УТВЕРЖДЕНО:

Директор ГБОУ СОШ пос. Новоспасский

_____ О.П.Воронина

15.01.2026г

16.01.2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал.)	№ Рецепт туры
			белки	жиры	углеводы		
завтрак	Каша молочная «Дружба»	200	6.55	8.33	35.09	241.11	65
	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
Обед:							
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	7.7	6.6	23.6	185.1	103
	Котлета мясная	70	10.68	11.72	5.74	176.75	22
	Капуста тушеная	150	4.36	12.31	13.71	173.19	39
	Кисель	200	1.36	-	29.02	116.19	24
	Хлеб (пш.рж)	25/37	4,24	1.17	24.37	128.65	
Полдник:	Сырники творожные запеченные	100	15.5	9.2	23.9	244.6	87
	Чай с сахаром	200	0.12	-	12.04	48.64	2
Итого за день:			55.72	57.89	203.44	1555.23	

