

Утверждено:

Директор ГБОУ СОШ пос.Новоспасский

_____ О .П. Воронина

15.10.2025

Ежедневное меню

16.10.2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
			белки	жиры	углеводы	
четверг						
Завтрак	Каша гречневая молочная	200	7,94	8,21	35,13	246,17
	Хлеб с маслом с сыром	35/5/10	5,02	8,3	17,4	163,3
	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64
Обед	Винегрет	50	0,63	5,07	4,16	64,63
	Суп из овощей	200	4,2	7,3	11,1	129,5
	Рыбная котлета	70	10,36	1,93	6,79	85,93
	Картофельное пюре	130	2,77	5,25	20,19	139,06
	Компот из сухофруктов	200	0,56	-	27,89	113,79
	Хлеб (пш/рж)	25/37	4,24	1,17	24,37	128,85
Полдник	Булочка домашняя	60	4,37	7,07	36,8	228,2
	Кофейный напиток	200	2,79	3,19	19,71	118,69
Итого за день			43,0	47,49	204,48	1466,76