

УТВЕРЖДЕНО:

и.о.директора ГБОУ СОШ пос. Новоспасский

_____С.В. Володкина

16.07.2025г

Ежедневное меню.

17.07.2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал.)	№ Рецеп туры
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак:	Каша гречневая молочная	200	7,94	8,21	35,13	246,17	28
	Хлеб с маслом, сыром	35/5/10	5,02	8,3	17,4	163,3	
	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64	2
2 завтрак:	Сок	100	0,5	-	13,7	56	к/к 98
Обед	Салат из белокочанной капусты	50	0,66	4,03	4,25	53,9	9
	Суп картофельный с бобами	200	1,87	3,11	10,87	79,03	6
	Биточка рыбная	70	10,36	1,93	6,79	85,93	14
	Картофельное пюре	130	2,77	5,25	20,19	139,06	30
	Компот из сухофруктов	200	0,56	-	27,89	113,79	23
	Хлеб (пш.рж)	25/37	4,24	1,17	24,37	128,85	
Полдник:	Ватрушка с творогом	60	7,08	2,63	41,81	219,87	43
	Кофейный напиток	200	2,79	3,19	19,71	118,69	20
Итого за день			43,91	37,82	234,06	1453,26	

