

**Утверждено:**

**Директор ГБОУ СОШ пос.Новоспасский**

\_\_\_\_\_ **О .П. Воронина**

**20.01.2026г.**

**Ежедневное меню**

**21.01.2026г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
			белки	жиры	углеводы	
среда						
Завтрак	Пудинг творожный запеченный, молочный соус	150/50	24,26	8,31	39,75	330,81
	Хлеб с маслом	35/5	2,72	5,4	17,45	127,1
	Кофейный напиток	200	2,79	3,19	19,71	118,69
	Щи из свежей капусты с курой	200	4,2	7,2	7,1	113,2
	Котлета мясная	70	10,68	11,72	5,74	176,75
	Макароны	130	4,79	4,59	30,62	182,95
	Компот из сухофруктов	200	0,56	-	27,89	113,79
	Хлеб (пш/рж)	25/37	4,24	1,17	24,37	128,85
Полдник	Печенье	24	2,5	1,25	18,4	109,9
	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64
Итого за день			56,86	42,83	203,07	1450,68