

Утверждено:

Директор ГБОУ СОШ пос. Новоспасский

_____ **О .П. Воронина**

22.01.2026г.

Ежедневное меню

23.01.2026г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
			белки	жиры	углеводы	
пятница						
Завтрак	Каша молочная «Дружба»	200	6,55	8,33	35,09	241,11
	Хлеб с маслом	35/5	2,72	5,4	17,45	127,1
	Кофейный напиток	200	2,79	3,19	19,71	118,69
Обед	Салат из тертой моркови	50	0,57	5,04	5,19	68,4
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	7,7	6,6	23,6	185,1
	Котлета мясная	70	10,68	11,72	5,74	176,75
	Капуста тушеная	130	4,36	12,31	13,71	173,19
	Кисель	200	1,36	-	29,02	116,19
	Хлеб (пш/рж)	25/37	4,24	1,17	24,37	128,85
Полдник	Омлет натуральный	80	6,5	8,5	2,66	113
	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64
Итого за день			47,59	62,2	188,58	1497,02