

Утверждено:

Директор ГБОУ СОШ пос.Новоспасский

О .П. Воронина

26.01.2026г.

**Ежедневное меню**

**27.01.2026г.**

| Прием пищи    | Наименование блюда            | Выход блюда | Пищевые вещества, г |       |          | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------------|-------------------------------|-------------|---------------------|-------|----------|--------------------------------|
|               |                               |             | белки               | жиры  | углеводы |                                |
| вторник       | Каша молочная манная          | 200         | 6,2                 | 8,9   | 25,6     | 206,3                          |
|               | 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          | Салат из белокочанной капусты | 50          | 0,66                | 4,03  | 4,25     | 53,9                           |
|               | Суп картофельный с бобами     | 200         | 1,87                | 3,11  | 10,87    | 79,03                          |
|               | Котлета из курицы             | 75          | 14,5                | 3,6   | 9,4      | 128,0                          |
|               | Гречка с томатной подливой    | 130         | 3,82                | 4,89  | 18,68    | 135,9                          |
|               | 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 |                               |             | 44,15               | 44,26 | 207,01   | 1404,6                         |