

Утверждено:

Директор ГБОУ СОШ пос.Новоспасский

\_\_\_\_\_ О .П. Воронина

29.01.2026г.

**Ежедневное меню**

**30.01.2026г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
			белки	жиры	углеводы	
пятница						
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
Обед	Борщ из свежей капусты	200	2,55	3,0	17,3	99,7
	Плов с мясом	200	17,4	14,4	30,35	262,6
	Компот из сухофруктов	200	0,56	-	27,89	113,79
	Хлеб (пш/рж)	25/37	4,24	1,17	24,37	128,85
Полдник	Пряник	40	2,72	2,4	28,12	143,6
	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64
Итого за день			56,36	37,87	216,98	1373,78