

УТВЕРЖДЕНО:

и.о.директора ГБОУ СОШ пос. Новоспасский

_____С.В. Володкина

6.08..2025г

Ежедневное меню.

7.08.2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал.)	№ Рецепт туры
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак:	Каша гречневая молочная	200	7.94	8.21	35.13	246.17	28
	Хлеб с маслом. Сыр	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	56.0	к/к 98
Обед:	Салат из белокочанной капусты	50	0.66	4.03	4.25	53.9	9
	Суп картофельный с бобами,с курой.	200	1.87	3.11	10.87	79.03	6
	Котлета мясная	70	10.68	11.72	5.74	176.75	22
	Картофельное пюре.	130	2.77	5.25	20.19	139.06	30
	Компот из с/ф	200	0.56	-	27.89	113.79	23
	Хлеб (пш.рж)	25/37	4,24	1.17	24.37	128.65	
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			44.16	85.43	233.1	1715.94	
---------------	--	--	-------	-------	-------	---------	--