Утверждаю
Директор школы Сорокина В.Н.

ФМОУ СОШ им.И.С.Кошелева д/сад с.Лермонтово Белинского р-на Пенз Отд./корп День 9.10.23г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Рожки с сыром	153	263	11,2	11,3	28,04
	гор.напит.		Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12
	хлеб		Бутерброд с маслом	50/10	138,5	4,05	4,25	21,05
Завтрак 2	фрукты		банан	100	96	1,5	0,5	21
Обед	закуска		салат из св. капусты	60	70,4	1,16	5,06	5,3
	1 блюдо		Рассольник на м/к б.	250	160	6,16	5,62	21,64
	2 блюдо		Гуляш в томат. соусе	90	247	16	18	6
	гарнир		Каша гречневая	180	178	5,05	6,32	25,03
	сладкое		Конфеты шоколадные	200	68	0,15	0	17,5
	хлеб черн.		хлеб ржаной	60	143,64	5,18	0,84	28,84
Полдник	гор.напит.		Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12
	выпечка		печенье рассыпное	55	232	4,7	8	32,6