



*Сорокина В.Н.*

Сорокина В.Н.

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

День

26.10.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	завтрак	3	Ваша любимая каша	250	253	8,59	0,75	33,474
	завтрак	58	Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12
	завтрак		Бульон с мясом	50/10	138,5	4,05	1,25	4,05
Завтрак 2	завтрак		Сок	100	52	0,35	0,1	11,8
Обед	обед	44	Салат из свеклы	53	67	0,76	5,03	5,3
	обед	17	Суп с курицей	250	1687	4,46	4	17,7
	обед	37	Мясоб с мясом	180	357,15	1,7	18,4	20,3
	обед	51	Каша из пшеницы	200	68	0,15	0	13,5
	обед		Кисель фруктовый	60	143,64	5,18	0,84	28,84
Полдник								
	полдник	40	Пирожок с капустой	100	255	6,1	10	34,6
	полдник	56	Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12