



Утверждено
 Директор школы
Сорокина В.Н.

Сорокина В.Н.

ФМОУ СОШ им. И.С. Кошелева д/сад с.Лермонтово Белинского р-на Пенз Отд./корп День 7.11.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. бул.		Маковые каша, дрожжи	250	200,1	8,2	8,8	34,244
	вар. каш		Чай с сахаром	800	45,5	0,1	0	1,2
	мед		Дрожжи с маслом	50/10	168,5	6,08	6,55	21,28
Завтрак 2	сварен		сок свеж.	100	52	0,35	0,1	11,8
Обед	зущица		Супчик овощной	60	60,34	0,6	5,1	2,3
	1 суп		Суп. каша с из. суп	250				
	2 суп		Картофель туш. с мясом	100/60				
	суп		Вареники с сахаром	200	68	0,15	0	1,25
	квас		Квас фруктовый	60	143,64	5,18	0,84	28,84
Полдник	гор. каш		какао	200	137	4,2	5,2	19,1
	вареники		вареники с мясом	80	207,4	6	5	34,1