



*Сорокина В.Н.*

Сорокина В.Н.

ФМОУ СОШ им.И.С.Кошелева д/сад с.Лермонтово Белинского р-на Пенз Отд./корп 8.11.23, День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.буфал	5	каша рисовая манная	250	248,6	4,164	8,8	34,9
	гор.ман.	56	чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12
	кнел		бутерброд с мясом	50/10	168,5	6,08	6,55	21,28
Завтрак 2	сварное							
	фрукты		банан	100	96	1,5	0,5	21
Обед	кашуля		кашуля из св. картофеля	60	55	0,5	5,02	2
	буфал	11	суп гороховый на мкд	250	136,6	6,36	5,54	16,16
	буфал	24	картофель туш. с мяс.	185/60	340,3	18,2	18,6	26,7
	сварное	51	кнели из картофеля	200	68	0,15	0	13,5
	кнел		кнел картофельное	60	143,64	5,18	0,84	24,84
Полдник	буфал	68	пирог	200	270,7	6	10	38,7
	гор.ман.	51	картофель с сахаром	200	68	0,15	0	13,5