



Утверждаю
Директор школы

Сорокина В.Н.

Школа **МОУ СОШ им.И.С.Кошелева с.Лермонтово Белинского р-на Пензенской** Отд./корп **5-11 классы** День **21.11.2023 г**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	64	Салат из св.капусты с м/р	100	0.82	79	3	8	11
	1 блюдо	108	Суп-лапша с курицей	250	13.15	170	10	7	16
	2 блюдо	345	Рыба запеченая с соусом	120	50.26	95	15	2	11
	гарнир	455	Соус молочн.для запекания	50	3.61	22	1	1	3
	сладкое	443	Каша рисовая рассыпчатая с м\сл.	180	10.45	156	3	6	22
	хлеб бел.	509	Компот из с/фруктов	200	7.34	103	1	1	25
	хлеб черн.	108	Хлеб пшеничный	20	1.83	47	2	0.16	10
		109	Хлеб ржаной	30	1.43	71	2	14.76	70.5
			Итого:			88.89	752	30	38.09