



Утверждаю
Директор школы

Сорокина

Сорокина В.Н.

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

День 10.11.23 2

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	1	Каша овсяная молочная	250	240,1	8,364	10,335	28,504
	гор. напиток	56	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			100	96	1,5	0,5	21
Обед	салат		салат из свеклы	60	67	0,76	5,05	6,7
	1 блюдо	18	Суп с вермишелью и мясом	250	158,3	6,4	5,6	21,16
	2 блюдо	22	Рагу из овощей с мясом	176/60	289	17,5	18,34	16
	суп	51	Каша из сукодрин	200	49,6	0,04	0,04	13
	хлеб		хлеб ржаной	60	143,64	3,18	0,84	28,84
	Полдник	суп		пюре	50	113,46	1,66	2,076
	гор. напиток	51	Каша из сукодрин	200	49,6	0,04	0,04	13