



Утверждаю
Директор школы

Сорокина

Сорокина В.Н.

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

День 22.11.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюд	5	каша рисовая молочная	250	247,6	7,164	8,8	39,9
	гор.нап.	36	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	слющное		соль	100	52	0,35	0,1	11,8
Обед	дальница	48	салат овощной	55	62,4	0,76	5,04	3,8
	1 блюдо	11	суп гороховый на мкб	250	136,6	6,36	5,54	16,16
	2 блюдо	28	шницель в томат. соусе	90	247	7,6	7,8	6
	гарнир	21	картофельное пюре	180	190	4,4	4,35	27,4
	салатное	51	компот из сухофрукт.	200	68	0,15	0	17,5
	хлеб зерн.		хлеб ржаной	60	143,64	5,18	0,84	28,84
Полдник	выпечка	68	печенье	100	270,7	6	10	39,1
	салатное	51	компот из сухофрукт.	200	68	0,15	0	17,5