



Утверждаю
Директор школы

Сорокина

Сорокина В.Н.

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

День 1.12.23

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.бифф	45	Сладкий мюв с сыром	200	200,6	2,3	2,6	40,574
	гор.нал.	56	Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12
	Хлеб		Виттербред с маслом	50/10	138,5	4,05	4,25	21,05
Завтрак 2	Фрукты		яблоко св.	100	42	0,2	0	10,1
Обед	салат		салат из свеклы	35	64	0,76	5,05	5,3
	1 блюдо	15	Суп картофельный на мюв	250	160,6	6,5	6	21
	2 блюдо	23	Картофель тушеный с мясом	150/50	278,25	13,12	18,2	11,8
	Супное		кашперь из сукофруктов	200	68	0,15	0	17,5
	хлеб гор.		хлеб ржаной	60	143,64	5,18	0,84	28,84
Полдник	сладкое		вафли	50	153,32	2,4	1,86	20
	гор.кисл.		кашперь из сукофруктов	200	68	0,15	0	17,5