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 22.12.2023г.

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | | | | | | | | |
| | гор.напиток | | | | | | | | |
| | хлеб | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | Закуска | 31 | Салат из моркови с м/р. | 100 | 1.54 | 59 | 1 | 4 | 8 |
| | 1 блюдо | 119 | Суп картоф.с клецками и м/сл. | 250 | 11.85 | 137 | 3 | 5 | 21 |
| | 2 блюдо | 389 | Тефтели из говядины паровые | 100 | 57.48 | 183 | 13 | 12 | 8 |
| | гарнир | 418 | Гороховое пюре с м/сл. | 180 | 12.85 | 210 | 14 | 4 | 29 |
| | сладкое | 433 | Чай с сахаром | 200 | 1.91 | 57 | 2 | 5 | 15 |
| | хлеб бел. | 108 | Хлеб пшеничный | 20 | 1.83 | 47 | 2 | 1 | 10 |
| | хлеб черн. | 109 | Хлеб ржаной | 30 | 1.43 | 71 | 3 | 1 | 15 |
| | | | Итого: | | 88.89 | 707 | 36 | 24 | 98 |
| | | | | | | | | | |