



Утверждаю  
Директор школы

*Сорокина*

Сорокина В.Н.

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

День 15.12.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	<i>гор. бисквит</i>	4	<i>Мама грецкая колосчат</i>	250	248	8,8	9,475	32,1
	<i>гор. котлет</i>		<i>Чай с сахаром</i>	200	45,5	0,1	0	12
	<i>хлеб</i>		<i>Бюджетерс макаш</i>	50/10	138,5	4,05	4,25	21,05
Завтрак 2	<i>сирок</i>		<i>сви</i>	100	52	0,35	0,1	11,8
Обед	<i>закуска</i>		<i>салат ц. св. с помидором</i>	60	67,2	0,8	5,06	3,5
	<i>1 блюдо</i>	58	<i>Суп рисовый на шир</i>	250	158,38	38,56	5,6	21,15
	<i>2 блюдо</i>	28	<i>Курица в томатном соусе</i>	90	247	7,6	7,8	6
	<i>гарнир</i>	35	<i>Пюре из картофеля</i>	150	149,35	4,25	5,44	28,03
	<i>сирок</i>		<i>Каша пшеница и кукурузная</i>	200	68	0,15	0	12,5
	<i>хлеб зерн.</i>		<i>хлеб ржаной</i>	60	143,64	5,18	0,84	28,84
Полдник		61	<i>Булочка с изюмом</i>	100	258,2	6	10	35,6
			<i>Каша пшеница и кукурузная</i>	200	68	0,15	0	12,5