Утверждаю
Директор школы Сорокина В.Н.

ФМОУ СОШ им.И.С.Кошелева д/сад с.Лермонтово Белинского р-на Пенз Отд./корп День 31.01.24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.бл.		Молочная каша "Дружба"	250	290,1	8,2	8,8	34,744
	гор.нап.		Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	1,2
	хлеб		Бутерброд с маслом	50/10	168,5	6,09	6,55	21,28
Завтрак 2	сладкое		сок ябл.	100	52	0,35	0,1	11,8
Обед	закуска		Салат овощной	60	60,34	0,6	5,1	2,3
	1 блюдо		Суп "Капша" на м/б	250				
	2 блюдо		Картофель тушеный с мясом	100/60				
	сладкое		Напиток из сухофруктов	200	68	0,15	0	17,5
	хлеб пш.		Хлеб ржаной	60	143,64	5,18	0,84	28,84
Полдник	гор.нап.		какао	200	137	4,2	5,2	19,1
	выпечка		оладьи из муки	80	207,4	6	5	34,1