



Утверждаю  
Директор школы

*Сорокина*

Сорокина В.Н.

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

День 5.02.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	25	Ротли с соевым	153	263	11,2	11,3	28,04
	пер.нап.	56	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	сладкое		сок мед.	100	52	0,35	0,1	11,8
Обед	закуска	43	Салат из св. капусты	60	68,3	1,1	5,06	4,8
	Ч.блюдо	12	Раманский на мекс	250	160	6,16	5,62	21,64
	2блюдо	28	Курица в томат. соусе	90	247	16	7,8	6
	гарнир	33	Картофель фри	180	178,35	5,815	6,32	25,03
	салат	51	Колерби из сухобрусны	200	68	0,15	0	14,5
	хлеб/гарн		Хлеб ржаной	60	143,64	5,18	0,84	28,84
	Полдник	выпечка	66	Печенье ромашки	35	132	4,7	5
	гор.нап.	56	Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12