



Утверждаю
Директор школы

Сорокина

Сорокина В.Н.

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

День 14.02.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.бл.		Манная каша, фрукты	250	250,1	8,2	8,8	34,744
	гор.кап.		Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	1,2
	кшеб		Булочки с маком	50/10	168,5	6,08	6,55	21,28
Завтрак 2	сладкая		сок лим.	100	52	0,35	0,1	11,8
Обед	закуска		Салат овощной	60	60,34	0,6	5,1	2,3
	1й курс		Суп. картошка на масле	250				
	2й курс		Картофель туш. с маслом	160/60				
	сладкое		Каша гречневая с сахаром	200	68	0,15	0	1,25
	кшеб гр.		Кшеб гречневый	60	143,64	5,18	0,84	28,84
Полдник	гор.кап.		какао	200	137	4,2	5,2	18,1
	кшеб гр.		сладкая булочка	80	207,4	6	5	34,1