



Утверждаю
Директор школы

Сорокина

Сорокина В.Н.

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

День 20.03.2017.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Торт. в/мол коф. напиток Хлеб		Каша рисовая	0,250	247,6	7,164	8,8	34,9
			Чай с сахаром	0,200	45,5	0,1	0	12
			Булочка с маслом	50/10	138,5	4,05	4,25	21,05
			П. Завтрак					
Завтрак 2								
Обед			Салат из свеклы	55г	67	0,76	5,05	5,3
			Суп крестьянский	250	160,6	6,5	6	21
			Рыба запеченная	66,52	66,52	7,5	3,41	1,7
			Картофель пюре	180	190	4,4	7,35	27,4
			Компот из сухоф.	200	68	0,15	0	14,5
			Хлеб	60	143,64	5,18	0,84	28,84
Полдник			Печенье	55	232	4,7	9	32,6
			Коф. напиток	200	120,6	3,6	4,1	18,1