



Утверждаю
Директор школы

Сорокина

Сорокина В.Н.

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

День 19.04.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор. блюдо		Каша манн. "Дружба"	250	34,2	7,8	9,125	34,2	
	гор. напиток		Чай с сахаром	200	12	0,1	0	12	
	хлеб		Труттерброд с маслом	50/10	21,05	4,05	4,25	21,05	
			и завтрак СОР						
Завтрак 2	закуска		Салат из св. капусты	60	68,3	1,1	5,06	4,8	
	1 блюдо		Суп с капустой	250	162,7	7,46	7	17,7	
	2 блюда		Курочка туш. с мясом	160/60	340,3	18,2	18,6	26,7	
Обед			Компот из сухофруктов	200	68	0,15	0	17,5	
			хлеб		143,64	5,18	0,84	28,84	
Полдник	выпечка		Упады	80	80	207,4	6	5	34,1
	гор. напиток		Кисель	200	200	51,5	0,12	0	12,8