



Утверждаю
Директор школы

Сорокина

Сорокина В.Н.

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

День 13.06. 24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо		Каша овсяная молоч.	250	240,1	10,335		
	чай напиток		Чай с сахаром	200	45,5	0		
	Хлеб		Труттерброд с маслом	50/10	138,5	4,25		
Завтрак 2			Шелуха	50				
Обед	Закуска		Салат из свеклы	60				
	1 блюдо		Щи из свет капусты	250				
	2 блюдо		Мяс. тефтели	113				
	3 блюдо		Каша гречневая	180				
	Сладкое		Компот из сахара Хлеб ржан	200 60				
Полдник	Сладкое		Турка с корицей					
	гор. напиток		Кефир					