



Утверждаю  
Директор школы

*Сорокина*

Сорокина В.Н.

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

День 1.1.0724

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Тор. в мюл	5	Каша пшенич. молочная	250	253	8,514	9,475	33,474
	тор. мюл	56	Мед с сахаром	200	45,5	0,1	0	12
	хлеб		Булочка с маком, сгущен.	50/5/10	168,5	6,09	6,55	21,29
			Сок					
Завтрак 2	Сладкая фрукты		Салат из св. капусты					
Обед	Закуска		Салат из св. капусты	60		0,56	5,08	2,4
	1. блюдо	11	Суп горош. м.и.л.	250	136,6	6,36	5,54	16,16
	2. блюдо	24	Гриль из овощей с том.	60/176	297	17,5	18,34	16
	сладкое	51	Котлет из сухофрукт	200	68	0,15	0	17,5
			Хлеб ржаной	60	143,64	5,18	0,84	28,84
Полдник	Молочка	62	Аппетитная Печенье	600	113,96	1,666	2,076	27,24
	тор. мюл	51	Котлет из сухофрукт	200	53,6	0,07	0	14