



Утверждаю  
Директор школы

*Сорокина*

Сорокина В.Н.

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

День 22.07 24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Зер. в год		Каша рисов. молочная	250	247,6	7,164	8,8	34,9
	гор. напитки		Чай с сахаром	200	455	0,1	0	12
	Хлеб		Бутерброд с маслом	50/10	138,5	4,05	4,25	21,05
			И завтрак Сок					
Завтрак 2								
Обед	Закуска		Салат из свеклы	250	160,6	6,5	6	21
	1 блюдо		Суп крестьянский и/б	250	160,6	6,5	6	21
	2 блюдо		Рыба запеченная	66	66,52	7,5	3,41	1,7
	3 блюдо		Варт. варенье пюре	280	190	4,4	7,35	27,4
	сладкое		Конфеты из сухофруктов	200	68	0,15	0	17,5
Полдник	Печенье дом.		Печенье домаш.	55	929	4,7	9	32,6
	Коф напиток		Коф. напиток	200	120,6	4,1	18,1	120,6