Утверждаю
Директор школы Сорокина В.Н.

ФМОУ СОШ им.И.С.Кошелева д/сад с.Лермонтово Белинского р-на Пенз Отд./корп День 29.07 24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак гор бл.			Каша овсян	250	240,1	8,360	10,335	28,504
			Чай с сахар	200	45,5	0,1	12	45,5
			Бутерброд с масл	50/10	138,5	4,05	21,05	138,5
Завтрак 2			Сок	100	52			
Обед I оп.за			Салат из свеклы	60				
I бл.			Щи из св кап	250	134,2	6	5,54	15,66
II бл.			Мясные тефтели	112	254	16,4	18,5	42
			Каша гречневая	180	178,35	5,015	6,32	25,03
			Компот из сухоф	200	68	0,15	0	17,5
			Какао	200	137	4,2	5,2	19,1
			Пирожки	100	49,4	11,5	11	35
Полдник								