



Утверждаю
Директор школы

Сорокина

Сорокина В.Н.

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

День 22.08.12

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	1-е блюдо	56	Помидоры с огурцами	153	263	11,2	11,2	28,04
	гор. напиток		Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0,1	12
	хлеб		Твердый сыр с маслом	50/10	138,5	4,05	4,25	21,05
			П. завтрак	СОК	100	52	0,35	0,1
Завтрак 2								
Обед	закваска		Салат из свеж. капусты	60				
	1-е блюдо		Суп рисовый МКВ	250	158,38	39,56	5,6	21,15
	2-е блюдо		Котлеты мясные	85	235,4	16,2	16,6	3
	3-е блюдо		Картофель запечен.	140	159,5	3,01	5,5	25,03
	салат		Корноты с луком	200	68	0,15	0	17,5
	салат		Пшеница с маслом	50	262,4	0,1	10,65	35
			Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12
Полдник								