Утверждаю
Директор школы Соркина В.Н.

Школа МОУ СОШ им.И.С.Кошелева с.Лермонтово Белинского р-на Пензенской Отд./корп 5-11 классы День 11.09.2024г

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 175 | Каша гречневая молочная вязкая | 250 | 15.17 | 240 | 8 | 8 | 33 |
| | гор.напиток | 274 | Какао с молком | 200 | 9.99 | 93 | 4 | 3 | 14 |
| | хлеб | 1 | Бутербод с м/сл. | 50 | 9.84 | 158 | 2 | 10 | 14 |
| | | | | | 35.00 | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | Закуска | 7 | Салат из св.овощей с м/р. | 100 | | 64 | 2 | 2 | 16 |
| | 1 блюдо | 118 | Суп картоф. с горохом | 250 | 15.71 | 146 | 6 | 5 | 20 |
| | 2 блюдо | 390 | Тефтели из говядины с рисом | 100 | 62.56 | 285 | 12 | 20 | 15 |
| | гарнир | 317 | Картофельное пюре с м/сл. | 180 | 9.57 | 131 | 3 | 6 | 16 |
| | сладкое | 512 | Компот из с/фруктов | 200 | 6.34 | 74 | 1 | 5 | 6 |
| | хлеб бел. | 108 | Хлеб пшеничный | 20 | 1.83 | 47 | 2 | 1 | 10 |
| | хлеб черн. | 109 | Хлеб ржаной | 30 | 1.43 | 71 | 3 | 1 | 15 |
| | | | Итого: | | 97.44 | 903 | 42 | 33 | 94 |
| | | | | | | | | | |