



Утверждаю
Директор школы

Сорокина

Сорокина В.Н.

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

День 6.09.24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.бифф	45	Сладкий плов с цуккией	200	200,6	3,3	2,6	40,574
	гор.чай	56	Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12
	Хлеб		Витмерброд с маслом	50/10	138,5	4,05	4,25	21,05
Завтрак 2	Фрукты		яблоко св.	100	42	0,2	0	10,1
Обед	Закуска		салат из свеклы	35	67	0,76	5,05	5,3
	1-е блюдо	15	Суп крестьянский на мю	250	160,6	6,5	6	21
	2-е блюдо	23	Витмерброд тушеная с мяс	150/50	278,25	18,12	18,2	14,8
	Сладкое		кисель из сукофрун	200	68	0,13	0	12,5
	Хлеб зерн.		Хлеб ржаной	60	143,64	5,18	0,84	28,84
Полдник	Сладкое		Варенье	50	153,32	2,4	1,86	20
	гор.чай		кисель из сукофрун	200	68	0,15	0	12,5