



Утверждаю  
Директор школы

*Сорокина*

Сорокина В.Н.

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

День 27.09<sup>24</sup>

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. бифш	1	Ванна овсяной каша	250	240,1	8,364	10,335	28,504
	гор. каша	56	Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12
	хлеб		Булочки с маслом	50/10	138,5	4,05	4,25	21,05
Завтрак 2	сварное		сок	400	52	0,35	0,1	11,8
Обед	закуска	43	Салат из св. капусты	60	68,3	1,1	5,06	4,8
	бульон	18	Суп с вермишелью и мясом	250	159,3	6,4	5,6	21,76
	2 бифш	22	Рагу из овощей с мясом	176/60	291	17,5	18,34	21,46
	сварное	51	Компот из сухофруктов	200	68	0,15	0	17,5
	хлебцы		хлеб ржаной	60	143,64	5,18	0,84	28,84
Полдник	сварное		персиковое	50	113,40	1,666	2,076	24,24
	гор. каша	51	Компот из сухофруктов	200	68	0,15	0	17,5