

Утверждаю
Директор школы



Сорокина

Сорокина В.Н.

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

День 5.11 2017

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. йогурт	№ 6	Вареники с мясом	250	248,7	8,2	8,8	34,474
	гор. йогурт	№	Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12
	хлеб		Бутерброд с маслом	50/10	168,5	6,08	6,55	21,28
Завтрак 2	сварное		сок	200	52	0,35	0,1	11,8
Обед	картофель	№	салат из св. помидор	60	67	0,76	5,05	5,3
	картофель	№ 6	Суп. "Я"	250	133,56	6,4	3	21
	картофель	№ 30	Голубцы с мясом	196	287	17	18,52	16
	сварное		пюре из картофеля	200	68	0,15	0	12,5
	хлеб гор.		хлеб ржаной	60	143,64	5,18	0,84	28,64
Полдник	сварное	№ 7	Йогурт с малиной	70	251,7	6	10	34,7
	гор. йогурт		пюре из картофеля	200	120,6	3,6	4,1	18,7