



Утверждаю
Директор школы

Сорокина

Сорокина В.Н.

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

День 13.11.24.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	9	Молочная каша "Дружба"	250	250,3	4,8	9,125	34,2
	гор. напиток	56	Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12
	хлеб		Бутерброд с маслом	50/10	138,5	4,05	4,25	21,05
Завтрак 2	сладкое		сок	100	52	0,35	0,1	11,8
Обед	закуска	43	Салат из св. капусты с сыр	60	62,4	0,76	5,04	3,8
	1 блюдо	19	Суп-лапша на мяк 8.	250	135,4	6	5,4	15,4
	2 блюдо	24	Паровые котлеты с макаронами	166/60	340,3	18,2	18,6	26,7
	сладкое	51	Паштет из св. / курицы	200	68	0,15	0	14,5
	хлеб зерн.		Хлеб ржаной, пшеничный	20/60	143,64	5,18	0,84	28,84
Полдник	сладкое		Оладьи из муки	50	153,32	2,4	1,86	30
	гор. напиток	57	Компот из фруктов	200	132	4,2	5,2	19,1