



Утверждаю
Директор школы

Сорокина

Сорокина В.Н.

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

День 02.12.24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюда	25	Рожки с сахаром	153	263	11,2	11,3	28,04
	гор.нап.	56	Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12
	Хлеб		Бутиерброд с маслом	50/10	138,5	4,05	4,25	21,05
Завтрак 2	Сладкое		сок ябл.	100	52	0,35	0,1	11,8
Обед	закуска	43	Салат из св. капусты	60	68,3	7,1	5,06	4,8
	Ч.блюда	12	Рапсовый на масле	250	160	6,16	5,62	21,64
	2.блюда	28	Гуши в томат. соусе	90	247	7,6	7,8	6
	гарнир	33	Жареная гречневая	180	78,35	5,815	6,32	25,03
	Сладкое	51	Компот из сухофруктов	200	68	0,15	0	14,5
	Хлеб гарни		Хлеб ржаной	60	143,64	5,18	0,84	28,84
Полдник	Впитана	66	Мягкое ржаное	35	232	4,7	9	32,6
	гор.нап.	56	Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12