



Утверждаю
Директор школы

Сорокина

Сорокина В.Н.

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

День 24/12/24

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	перв.		Вермишель помол.	250	249,70	8,2	8,8	24,474
	втор.		чай с сахар	200	45,5	0,1	0	12
	Хлеб		бутерброд с мясом	50/10	168,5	6,09	6,55	21,29
Завтрак 2	спадок		Сок					
Обед	закуска		Салат из св. помидор	60	58,34	0,6	5,1	2,2
	горячее I в		Пюре на м/б	250	137,56	6	5,55	16,66
	П.б.		Котлета мясная	85	235,4	16,2	16,6	3
	гарнир		Пюре картофельное	150	88,35	3,015	5,12	7,73
	спадок		Компот из сухофрукт.	200	43,64 68	0,15	0	17,5
	Хлеб тт.			20/60	143,64	5,18	0,84	28,84
Полдник	Второе		Широток	100	49,4	11,5	11	35
	спадок		Кисель	200	0,12 51,1	0,12	0	12,2

Итого: за день:

57,5 59,66 203,294