Утверждаю
Директор школы

Сорокина В.Н.

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

День 30.01.25

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	2	Каша манная молочная	250	230,6	7,664	8,724	30,374
	гор. напит		Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12
	хлеб		Бутерброд с маслом	50/10	168,5	8,08	6,55	21,33
Завтрак 2	фрукты		Бананы	100	96	1,5	0,5	21
Обед	закуска	46	Винегрет овощной	65	70	1	5,1	5,5
	1 блюдо	20	Суп гороховый на м/к б	250	159	6,6	6	20,36
	2 блюдо	31	Котлеты рыбные	71	94,12	8,5	4	3,02
	гарнир	34	Отварной рис	150	176,35	1,615	5,4	28,6
	хлебобул		хлеб ржаной	60	143,64	5,18	0,84	28,84
Полдник	гор. напит.		чай с сахаром и лимоном	200	63,8	1,1	1,1	13,4
	выпечка	65	Блинчики с маслом и сахаром	50	262,4	6,1	10,65	35