



Утверждаю  
Директор школы

*Сорокина*

Сорокина В.Н.

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

День 17.02.252

| Прием пищи | Раздел     | № рец. | Блюдо                 | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|--------|-----------------------|----------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | пер. блюда | 25     | Ротли с сыром         | 153      | 263          | 11,2  | 11,3 | 28,04    |
|            | пер. наст. | 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  | сладкие    |        | сок ябл.              | 100      | 52           | 0,35  | 0,1  | 11,8     |
|            |            |        |                       |          |              |       |      |          |
| Обед       | закуска    | 43     | Салат из св. капусты  | 60       | 68,3         | 1,1   | 5,06 | 4,8      |
|            | Чай        | 12     | Ромашки на мскб       | 250      | 160          | 6,16  | 5,62 | 21,64    |
|            | 2 блюдо    | 28     | Пюре в томат. соусе   | 90       | 247          | 7,6   | 7,8  | 6        |
|            | гарнир     | 33     | Каша гречневая        | 180      | 178,35       | 5,815 | 6,32 | 25,03    |
|            | салат      | 51     | Каша рис и сухофрукты | 200      | 68           | 0,15  | 0    | 14,5     |
|            | хлеб/гарн  |        | Хлеб ржаной           | 60       | 143,64       | 5,18  | 0,84 | 28,84    |
| Полдник    | выпечка    | 66     | Печенье ромашки       | 55       | 232          | 4,7   | 9    | 32,6     |
|            | гор. наст. | 56     | Чай с сахаром         | 200      | 45,5         | 0,1   | 0    | 12       |