

Утверждаю
Директор школы



Сорокина В.Н.

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

Ден 3.03.25

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	2-й завтрак		Каша манная молочн. киш	250 гр.	230,6	7,66	8,7	30,37
	2-й завтрак		Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12
	Хлеб		Булочка с маслом	30/10	138,5	4,05	4,25	21,05
Завтрак 2	Сладкое		Сок					
Обед	1-е блюдо		Салат из свекл. капуста	60	68,3	1,1	50,06	4,8
	2-е блюдо		Пассатыки на м/в со смет.	250/2	160	6,16	5,62	21,64
	3-е блюдо		Тушен. из курицы в том. соусе	90	247	16	18	6
	Гарнир		Помид. отваренные с маслом	150	179,35	4,215	5,44	28,03
	Хлеб		Копчен. из сухощ.	200	62	0,15	0	17,3
			Хлеб пшенич. Пшенич.	20/60	143,64	5,18	0,84	28,84
Полдник	Выпечка		Пирожок с изюмом	100	60,4	6	10	35,6
	2-й завтрак		Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10	47,6