

Утверждаю
Директор школы

Сорокина

Сорокина В.Н.

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

Ден 12.03 25

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Зер. блюдо		Пюре с свеклой	153	263	11,2	11,2	28,04
	Чай	56	Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0,1	12
	Хлеб		Твердый сыр с маслом	50/10	138,5	4,05	4,25	21,05
			П. завтрак	100	52	0,35	0,1	11,8
Завтрак 2								
Обед	Закуска		Суп из свеклы	60				
	1 блюдо		Суп рисовый МК	250	158,38	39,56	5,6	21,15
	2 блюдо		Котлеты мясные	85	235,4	16,2	16,6	3
	3 блюдо		Картофель запечен.	140	159,5	3,01	5,5	25,03
	Сладкое		Коричное из сахара	200	68	0,15	0	17,5
	Сладкое		Пшеница с маслом	50	262,4	0,1	10,65	35
			Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	4,7
Полдник								