

Утверждаю
Директор школы



Сорокина

Сорокина В.Н.

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

День

13.03.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Каша угер молочная	250	249	8,8	9,475	32,1
			Чай с сахар	200	45,5	0,1	0	12
			Пудинг с масл.	50/10	168,5	6,09	6,55	21,29
Завтрак 2			II завтрак					
Обед			Салат из св. капусты	60	68,3	1,1	5,06	4,8
			Суп картофельный					
			Суп картофельный		135,4	6	5,4	15,4
			Котлета рыбная	71	94,12	2,5	4	3,02
			Отвар рис	150	176,35	1,615	5,4	28,6
			Компот из сухофрукт	200	68	0,15	0	17,5
			Хлеб масл. жир.					
Полдник			Пирожок с капустой	100	258	6	10,1	35,4
			Чай с сахар	200	63,8	1,1	1,1	13,4