



*C. J. R.*

Сорокина В.Н.

Школа

|                                                                 |           |             |
|-----------------------------------------------------------------|-----------|-------------|
| МОУ СОШ им.И.С.Кошелева с.Лермонтово Белинского р-на Пензенской | Отд./корп | 5-11 классы |
|-----------------------------------------------------------------|-----------|-------------|

Отд./корп

5-11 классы

День

02.04.2025 г

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                         | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 174    | Каша овсяная молочная с м/сл. | 250      | 18.90 | 238          | 7     | 9    | 32       |
|            | гор.напиток | 272    | Кофейный напиток на молоке    | 200      | 10.23 | 94           | 3     | 3    | 15       |
|            | хлеб        | 1      | Бутерброд с м/слив.           | 50       | 10.87 | 158          | 2     | 10   | 15       |
|            |             |        | Итого:                        |          | 40.00 |              |       |      |          |
|            |             |        |                               |          |       |              |       |      |          |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                               |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                               |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                               |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | Закуска     | 7      | Салат из св.капусты с м/р.    | 100      | 2.96  | 64           | 1     | 1    | 15       |
|            | 1 блюдо     | 128    | Борщ с капустой и картофелем  | 250      | 10.29 | 103          | 2     | 6    | 11       |
|            | 2 блюдо     | 151    | Бефстроганов                  | 100      | 69.76 | 205          | 18    | 12   | 6        |
|            | гарнир      | 447    | Макароны отварные с м/сл.     | 180      | 11.02 | 212          | 5     | 5    | 35       |
|            | сладкое     | 433    | Чай с сахаром                 | 200      | 2.00  | 57           | 0     | 0    | 15       |
|            | хлеб бел.   | 108    | Хлеб пшеничный                | 20       | 2.11  | 47           | 2     | 1    | 10       |
|            | хлеб черн.  | 109    | Хлеб ржаной                   | 30       | 1.62  | 71           | 2     | 15   | 71       |
|            |             |        | Итого:                        |          | 99.76 | 752          | 30    | 38   | 161      |
|            |             |        |                               |          |       |              |       |      |          |