



Сорокина В.Н.

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

День 16.01.2023г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо									
	гор.напиток									
	хлеб									
Завтрак 2	фрукты									
Обед	закуска	53	Огурцы порционно	100	7.23	57	1	1	14	
	1 блюдо	142	Суп с крупой рис.и мясом	250	9.74	135	6	7	13	
	2 блюдо	345	Котлеты рыбные	100	29.60	86	14	2	10	
	гарнир	443	Каша рисовая рассыпч.с м/сл.	180	9.75	113	3	6	22	
	сладкое	383	Чай с сахаром	200	1.93	119			10	
	хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный	20	1.71	47	2	1	10	
	хлеб черн.	109	Хлеб ржаной	30	1.34	71	3	1	15	
			Итого:			61.30	903	42	33	94
			Затраты на приготовления пищи:			26.36				