



*Сорокина*

Сорокина В.Н.

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

День 13 08 25

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо                  | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|--------|--------|------------------------|----------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    |        |        | Поттки с свиром        | 153      | 263          | 11,2  | 11,3  | 22,04    |
|            |        |        | Чай с сахаром          | 200      | 45,5         | 0,1   | 0     | 12       |
|            |        |        | Фруктовый сок с маслом | 50/10    | 138,5        | 4,05  | 4,25  | 21,05    |
|            |        |        | II Завтрак - сок       |          |              |       |       |          |
| Завтрак 2  |        |        | Сметана и свиром       | 60       |              |       |       |          |
|            |        |        | Суп рисовый            | 250      | 158,38       | 39,56 | 5,6   | 21,15    |
|            |        |        | Котлеты из свиром      | 85       | 295,4        | 16,2  | 16,6  | 3        |
| Обед       |        |        | Картофель пюре         | 140      | 159,5        | 3,01  | 5,5   | 25,03    |
|            |        |        | Компот из свиром       | 200      | 68           | 2,15  | 0     | 14,5     |
|            |        |        |                        |          |              |       |       |          |
|            |        |        |                        |          |              |       |       |          |
| Полдник    |        |        | Фруктовый сок с маслом | 50       | 262,40       | 6,1   | 10,65 | 35       |
|            |        |        | Чай с сахаром          | 200      | 45,5         | 0,1   | 0     | 12       |
|            |        |        |                        |          |              |       |       |          |