



Утверждаю
Директор школы

Сорокина

Сорокина В.Н.

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

День 10.10.25

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. бифф	17	Сладкий плов с цуккини	200	200,6	3,3	2,6	40,574
	гор. каш.	56	Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12
	хлеб		Бутерброд с маслом	50/10	138,5	4,05	4,25	24,05
Завтрак 2	сладкое		печенье	55	113,96	1,666	2,076	24,24
Обед	запеканка	44	салат из свеклы	55	67	0,76	5,05	5,3
	суп	15	суп крестьянский на лук	250	160,6	6,5	6	24
	запеканка	23	картофель тушеный	152/60	248,25	3,12	18,2	44,8
	сладкое	51	Каша из сукофрун	200	68	0,15	0	17,5
	хлеб		хлеб ржаной	80	143,64	5,18	0,84	28,84
Полдник	сладкое		вафли	70	153,32	2,4	1,86	30
	гор. каш.	51	Каша из сукофрун	200	68	0,15	0	17,5