



Сорокина

Сорокина В.Н.

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

Отд./корп

День

23 10 2015

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Каша манная мол.	250	230,6	7,66	8,7	30,37
			Чай с сахар	200	45,5	0,1	0	12
			Бутерброд с маслом	50/10	168,5	6,09	6,55	21,29
Завтрак 2			Сок	100	52	0,35	0,1	11,8
Обед			Винегрет	65	70	1	5,1	5,5
			Суп гречневый на м/8	250	20,36	6,6	6	20,36
			Компота рыбная	71	94,12	8,5	4	3,02
			Отварной рис	150	176,35	1,61	5,4	28,6
			Компот из сухоф.	200	68	0,15	0	17,5
Полдник			Бутерброды с маслом сах	50	262	6,1	10,65	35
			Чай с сахар	200	63,8	1,1	1,1	13,4