



Утверждаю
Директор школы

Сорокина

Сорокина В.Н.

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

Отд./корп

День

29.10.25

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Сладкий плов с сухоф.	200	200,6	3,3	2,6	40,574
			Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12
			Тутерброд с маслом	50/10	138,5	4,05	4,25	21,05
Завтрак 2			Сок	100	52	0,35	0,1	11,8
Обед			Салат из свеклы	55	67	5,05	0,76	5,3
			Суп крестьянский м/б	250	160,6	6,5	6	21
			Картофель туш. с маслом	152/60	18,12	18,2	18,2	11,8
			Жюльен из сухоф.	200	68	0,15	0	17,5
			Пюре	50	113,46	1,666	2,076	24,24
			Жюльен из сухоф.	200	68	0,15	0	17,5
Полдник								