



Утверждаю

Директор школы

Sorokina

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			Ротки с маслом	153	263	11,2	11,3	28,04
			Чай с сахар	200	45,5	0,1	0	12
			Булочка с маслом	50/10	138,5	4,05	4,25	21,05
Завтрак 2			Сок	100	52	0,35	0,1	11,8
Обед			Суп из св. реп.	65	70,4	5,06	5,3	70,4
			Рассольник на м/б	250	160	6,16	5,62	21,64
			Каша греч. рассып.	180	178,35	5,015	6,32	25,03
			Грибная котлета из св. мяса	90	247	16	18	6
			Компот из сухоф.	200	68	0,15	0	17,5
Полдник			Печенье домашнее	55	232	4,4	9	32,6
			Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12