



Утверждаю
Директор школы

Сорокина

Сорокина В.Н.

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

День

28.11.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	№1	Жареная овсян. мол.	250	240,1	8,364	10,335	28,504
	гор.блюдо	№56	Майя с сахаром	200	45,5	0,1	0	12
	хлеб		Фиттерброд с масл.	50/10	138,5	4,05	7,25	21,05
Завтрак 2	Сладкое		Сок	100	52	0,35	0,1	11,2
Обед	засушка	№43	Суп из помидар	60	57	0,56	5,08	2,4
	1 блюдо	№18	Суп вермишелевый	250	159,30	6,4	5,6	21,16
	2 блюдо	№22	Пюре из овощей с мясом	146/60	291	17,5	18,34	16
	сладкое	№51	Компот из св. фр	200	49,6	0,04	0,04	13
	хлеб сладкое		Печенье	50	113,46	1,666	2,076	24,24
	гор.блюдо		Компот из св. аб	200	49,6	0,04	0,04	13
	хлеб зер		хлеб рж	60	143,64	5,18	0,84	28,84
Полдник								