



Утверждаю
Директор школы

Сорокина

Сорокина В.Н.

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

Отд./корп

День

4.12.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	№2	Каша пшеничная	250	230,6	7,66	8,7	30,37
	гор.напиток	№56	Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12
			Творог с маслом	50/10	168,5	6,09	6,55	21,29
Завтрак 2	Сладкое		Сок	100	52	0,35	0,1	11,8
Обед	закуска	№46	Винегрет овощной	65	70	1	5,1	5,5
	гор.блюдо	№20	Суп гречневый на м/л	250	20,36	6,6	6	20,36
	гор.блюдо	№31	Компота рыбная	71	94,12	8,5	4	3,02
	Тарелка	№34	Отварной рис	150	176,35	1,61	5,4	28,6
	Сладкое	№51	Компот из сухоф.	200	68	0,15	0	17,5
	Хлеб	герн	Хлеб ржаной	60	143,84	5,18	0,89	28,84
Полдник	Сладкое	№65	Фруктовый сок	50	26,2	6,1	10,65	35
	гор.напиток	№58	Чай с сахаром	200	63,8	1,1	1,1	13,4