



Утверждаю
Директор школы

Sorokina

Сорокина В.Н.

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

День 11.12.25

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	3	Каша пшеничная пер	250	253	8,514	9,475	33,474
	гор. напиток	58	Чай с сахар	200	45,5	0,1	0	12
	хлеб		Пшеничный 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	№4	Салат из св. капусты	60	62,3	1,1	5,06	4,8
	1 блюдо	№17	Суп с клецками на м.б	250	162,7	7,46	17,7	17,6
	2 блюдо	№37	Плов с мясом	180	357,15	17	18,4	30,30
	сладкое	№54	Компот из сухоф	200	68	0,15	0	17,5
	хлеб ут		Хлеб утеш.	60	143,69	5,18	0,84	28,24
Полдник	закуска	№40	Пирожок с капустой	100	255	6,1	10	34,6
	гор. напиток	56	Чай с сахар	200	45,5	0,1	0	12