



Сорокина

Сорокина В.Н.

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

День

26/2/2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горбюж	№1	Хаша овсян. мол.	250	240,1	8,364	10,335	28,504
	Горбуша	№56	Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12
	Хлеб		Фитерброд 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 поликар	60	57	0,56	5,02	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 слад		Печенье	50	113,46	1,666	2,076	24,24
	горбуша		Компот из св. аб	200	49,6	0,04	0,04	13
	Хлеб зер		Хлеб фр	60	143,64	5,18	0,84	28,84
Полдник								