



Утверждаю
Директор школы

Сорокина

Сорокина В.Н.

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

Де 10-02 26

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-----------|--------|-----------------------|----------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор. каша | 8 | Вермишель мясная | 250 | 248,7 | 8,2 | 8,8 | 34,474 |
| | гор. каша | 56 | Чай с сахаром | 200 | 43,5 | 0,1 | 0 | 12 |
| | хлеб | | Бутерброд с маслом | 50/ко | 768,5 | 6,08 | 6,55 | 21,29 |
| Завтрак 2 | сварен | | сок | 100 | 52 | 0,35 | 0,1 | 11,8 |
| Обед | гаршир | 44 | салат из свеклы | 35 | 67 | 0,76 | 5,05 | 5,3 |
| | гаршир | 13 | Вермишель мясная | 250 | 137,56 | 6 | 5,55 | 16,66 |
| | гаршир | 25 | Каша гречневая | 85 | 235,4 | 7,2 | 16,6 | 3 |
| | гаршир | 36 | Гороховые оладьи | 150 | 88,35 | 3,015 | 5,12 | 4,73 |
| | сварен | 51 | Компот из сухофруктов | 200 | 68 | 0,15 | 0 | 17,5 |
| | хлеб | | Хлеб ржаной | 60 | 743,64 | 5,12 | 0,84 | 28,84 |
| Полдник | сварен | | варенье | 40 | 153,32 | 2,4 | 7,86 | 30 |
| | гор. каша | 53 | Кисель | 200 | 51,1 | 0,12 | 0 | 14,8 |