Утверждаю
Директор школы Сорокина В.Н.

Школа МОУ СОШ им.И.С.Кошелева с.Лермонтово Белинского р-на Пензенской Отд./корп 5-11 Классы День 27.03.2026г

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 182 | Каша рисовая молочная с м/сл. | 250 | 18.21 | 234 | 7 | 9 | 30 |
| | гор.напиток | 268 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 4.44 | 57 | 20 | 5 | 15 |
| | хлеб | 3 | Бутерброд с м/сл.и сыром | 50 | 17.35 | 394 | 14 | 13 | 60 |
| | | | | | 40.00 | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | Закуска | 33 | Салат из свеклы с м/р. | 100 | 4.25 | 67 | 1 | 13 | 15 |
| | 1 блюдо | 142 | Щи из св.капусты с картофелем | 250 | 15.50 | 99 | 2 | 7 | 8 |
| | 2 блюдо | 207 | Куры отварные с соусом | 100 | 83.30 | 234 | 31 | 12 | 1 |
| | гарнир | 447 | Макароны отварные с м/сл. | 180 | 9.50 | 212 | 6 | 5 | 35 |
| | сладкое | 508 | Компот из с/фруктов | 200 | 6.76 | 110 | 1 | | 27 |
| | хлеб бел. | 108 | Хлеб пшеничный | 20 | 2.23 | 47 | 2 | 1 | 10 |
| | хлеб черн. | 109 | Хлеб ржаной | 30 | 1.71 | 71 | 3 | 1 | 15 |
| | | | Итого: | | 123.25 | 903 | 42 | 33 | 94 |
| | | | | | | | | | |