



Утверждаю  
Директор школы

*Сорокина*

Сорокина В.Н.

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

День 25.03.26

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	3	Потки с маслом	153	263	11,2	11,3	28,04
	гор. напиток	58	чай с сахар	200	45,5	0,1	0	12
	хлеб		булгуровый с маслом	50/10	138,5	4,05	4,25	21,05
Завтрак 2	Спадок		II Завтрак - сок	100	52	0,35	0,1	11,8
Обед	закуска	44	Салат из свеклы	60	70,4	5,06	5,3	70,4
	1 блюдо	17	Суп рисовый на м/б	250	160	6,16	5,62	21,64
	2 блюдо	37	Котлета мясная	85				
			Гартоф пюре	180	190	4,4	7,35	27,4
	спадок	51	Квиноа и сухарь	260	68	0,15	-	17,5
	спадок	65	Пшенички с маслом	50	262,4	6,1	10,65	35
	гор. напиток	56	чай с сахар хлеб рж.	200	45,5	0,1	0	12
Полдник					1295,30	37,67	44,57	256,83