



Утверждаю
Директор школы

Сорокина

Сорокина В.Н.

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

День 30.03.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Юр брод	№ 5	Манная каша	250				
	гор нат	№ 56	Чай с сахар	200	45,5	0,1	0	12
	Хлеб		Тутерброд с масл	50/10	138,5	4,05	4,25	21,05
Завтрак 2	едаже		Сок	100	52	0,35	0,1	11,8
Обед	Закуска		Салат из св. капусты	60	62,3	0,56	5,08	2,4
	1 блюдо		Рассольник на м/б	250	160	5,62	21,64	160
	2 блюдо		Гурми из курицы	90	247	16	18	6
	гарнир		Потки отварные	150	179,35	4,815	5,44	22,03
	сладкое		Компот из сухоф	200	68	0,15	0	17,5
			Пирожка с яблок	100				
	сладкое		Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12
Полдник								

1004,5 31,145 54,51 240,78