

Утверждаю

Директор школы



Сорокина В.Н.

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

День

20.04.2022

| Прием пищи | Раздел    | № рец. | Блюдо                | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-----------|--------|----------------------|----------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | Зор блюдо | № 56   | Сладкий плов         | 250      | 200,6        | 3,3   | 2,6  | 40,574   |
|            | торт      |        | Чай с сахар          | 200      | 45,5         | 0,1   | 0    | 12       |
|            | хлеб      |        | Фитнес-брод с маслом | 50/10    | 138,5        | 4,05  | 4,25 | 21,05    |
|            | сладкое   |        | II завтрак - сок     | 100      | 52           | 0,35  | 0,1  | 11,8     |
| Завтрак 2  |           |        |                      |          |              |       |      |          |
| Обед       | Занюска   |        | Суп из капусты       | 60       | 68,3         | 1,1   | 5,06 | 4,8      |
|            | I блюдо   |        | Суп с вермишелью     | 250      | 159,3        | 6,4   | 5,6  | 21,16    |
|            | II блюдо  |        | Капуста туш          | 152/60   | 279,25       | 18,2  | 18,2 | 11,8     |
|            | сладкое   |        | Компот из сухоф      | 200      | 68           | 0,15  | 0    | 17,5     |
| Полдник    |           |        | Блины с масл         | 40       | 251,70       | 6     | 10   | 34,1     |
|            | сладкое   |        | Компот из сухоф      | 200      | 68           | 0,15  | 0    | 17,5     |

1331,15 39,72 45,81 192,284