



Утверждаю

Директор школы

Сорокина В.Н.

Сорокина В.Н.

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

День 24.09.26

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-----------|--------|--------------------|----------|--------------|--------|--------|----------|
| Завтрак | Зор б/шод | 5 | Каша пшеничная | 250 | 253 | 8,1514 | 9,475 | 33,474 |
| | Зор каша | 56 | Чай с сахар | 200 | 45,5 | 0,1 | 0 | 12 |
| | Хлеб | | Бутерброд с маслом | 50/10 | 168,5 | 6,99 | 6,55 | 21,29 |
| | | | | | | 14,7 | 16,025 | 66,764 |
| Завтрак 2 | Сладкая | | Сок | 100 | 52 | 0,35 | 0,1 | 11,2 |
| | | | | | | | | |
| Обед | Закваса | | Супная и в капуста | 60 | 57 | 0,56 | 5,08 | 2,4 |
| | Зор б/шод | 11 | Суп горох на м/б | 250 | 136,6 | 6,36 | 5,54 | 16,16 |
| | 2 б/шод | 24 | Пюре овощ с рисом | 60/176 | 291 | 17,5 | 18,34 | 16 |
| | Сладкая | 51 | Компот из сухоф | 200 | 68 | 0,15 | 0 | 17,5 |
| | Сладкая | 165 | Телемье | 50 | 113,46 | 1,666 | 2,076 | 24,24 |
| | Зор каша | 172 | Компот из сухоф | 200 | 68 | 0,15 | 0 | 17,5 |
| | | | Хлеб 1шт | 60 | 143,64 | 5,18 | 0,84 | 28,84 |
| Полдник | | | | 167,06 | 167,06 | 1,736 | 2,076 | 38,24 |
| | | | | | 1382,3 | 46,53 | 48,201 | 198 |