

Утверждаю

Директор школы

Сорокина

Сорокина В.Н.

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

День 28.09.26

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|--------|-------------------------------|----------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.б.тара | №3 | Каша рисовая мол. | 250 | 247,6 | 7,164 | 2,2 | 34,9 |
| | гор.п.тара | №58 | Чай с сахар | 200 | 45,5 | 0,1 | 0 | 12 |
| | Хлеб | | Твердокорочковый хлебопродукт | 50/10 | 138,5 | 4,05 | 4,25 | 21,05 |
| Завтрак 2 | спадко- | | Сок | 100 | 52 | 0,35 | 0,1 | 11,8 |
| | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 44 | Салат из свеклы | 60 | | | | |
| | I блюдо | 17 | Суп крестьянский на ш/б | 250 | 160,6 | 6,5 | 6 | 21 |
| | II блюдо | 37 | Хлеб котлета | 71 | 66,52 | 7,5 | 3,41 | 1,7 |
| | гарнир | | Картофельное пюре | 180 | 190 | 4,4 | 7,35 | 27,4 |
| | спадко- | №65 | Топленое молоко с сахар | 200 | 68 | 0,15 | 0 | 17,4 |
| | Хлеб | | | | | | | |
| Полдник | спадко- | №65 | Творожок | 70 | 153,32 | 2,4 | 1,86 | 30 |
| | гор.п.тара | | Хлеб с маком | 200 | 120,6 | 3,6 | 4,1 | 18,1 |

1242,64 36,214 35,87 195,35