Утверждаю
Директор школы Сорокина В.Н.

Школа МОУ СОШ им.И.С.Кошелева с.Лермонтово Белинского р-на Пензенской Отд./корп 5-11 классы День 18.05.2026г

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 182 | Каша манная молочная с м/сл. | 250 | 18.21 | 325 | 10 | 13 | 42 |
| | гор.напиток | 270 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 4.44 | 41 | 20 | 4 | 10 |
| | хлеб | 3 | Бутерброд с сыром и м/сл. | 50 | 17.35 | 394 | 14 | 13 | 60 |
| | | | Итого: | | 40.00 | 760 | 44 | 30 | 112 |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 97 | Борщ из св.капусты с фасолью | 250 | 10.50 | 112 | 4 | 5 | 12 |
| | 2 блюдо | 339 | Рыба запеченая под соусом | 80 | 88.31 | 83 | 11 | 5 | 5 |
| | Соус | 434 | Соус для запекания №434-43 | 40 | 5.10 | 14 | 1 | 1 | 3 |
| | гарнир | 429 | Каша рисовая рассыпч.с м/сл. | 200 | 6.70 | 226 | 5 | 1 | 1 |
| | конд.изд. | 23 | Пирожок с грушевой начинкой | 70 | 27.00 | 223 | 1 | 4 | 27 |
| | сладкое | 509 | Компот из с/фруктов | 200 | 6.50 | 93 | 1 | 1 | 22 |
| | хлеб бел. | 108 | Хлеб пшеничный | 20 | 2.23 | 47 | 2 | 1 | 10 |
| | хлеб черн. | 109 | Хлеб ржаной | 30 | 1.71 | 71 | 3 | 1 | 15 |
| | | | Итого: | | 123.25 | 956 | 43 | 34 | 107 |
| | | | | | | | | | |