



Сорокина

Сорокина В.Н.

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

Отд./корп

День

17.06.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Поттки с сыром	153	263	11,2	11,3	28,04
			Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12
			Фруктовый салат с маслом	50/10	138,5	4,05	4,25	21,05
			II Завтрак - сок					
Завтрак 2			Салат из свеклы	60				
			Суп фасолевый	250	158,38	39,56	5,6	21,15
			Комплексный салат	85	235,4	16,2	16,6	3
Обед			Картофель пюре	140	159,5	3,01	5,5	25,03
			Комплексный салат	200	68	2,15	0	17,5
Полдник			Фруктовый салат с маслом	50	268,40	6,1	10,65	35
			Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12