



Утверждаю
Директор школы

Сорокина

Сорокина В.Н.

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

День

22.06.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Зубов	№ 5	Манная каша	250				
	Зубов	№ 56	Чай с сахар	200	45,5	0,1	0	12
	Хлеб		Творожок с маслом	50/10	138,5	4,05	4,25	21,05
Завтрак 2	Сладкое		Сок	100	52	0,35	0,1	11,8
Обед	Закуска		Салат из св. капусты	60	68,3	0,56	5,08	2,4
	Т.блюда		Рассольник на м/б	250	160	5,62	21,64	160
	Т.блюда		Тушен. из курицы	90	247	16	18	6
	Закуска		Тотки отварные	150	179,35	4,815	5,44	28,03
	Сладкое		Компот из сухоф.	200	68	0,15	0	14,5
			Пюрежка с изюм	100				
	Сладкое		Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12
Полдник								

1004,5 31,145 54,51 270,78