



Утверждаю
Директор школы

Сорокина

Сорокина В.Н.

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

День 20.07.2017

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Зав.б/м	№2	Каша греч. рассы.	250	249	8,8	9,45	32,10
	Зав.п/м	№56	Чай с сахар	200	45,5	0,1	0	12
			Пшеничный хлеб с маслом	50/10	168,5	6,09	6,55	21,29
Завтрак 2	Спадня		Сок	100	52	0,35	0,1	11,8
Обед	Закуска	№46	Салат из св. капусты	60	4,8	1,1	5,06	4,8
	Суп	№20	Суп "Маршала" на т/б	250	135,4	6	5,4	15,4
	Горюхи	№30	Котлеты рыбы	71	94,2	8,5	4	3,02
	Гарнир	№65	Отварной рис	150	68	0,15	0	17,5
	Спадня		Сухое печенье	200	68	0,15	0	17,5
Полдник	Спадня		Пшеничный хлеб	70	153,32	2,4	1,86	30
	Спадня		Чай с сахар	200	63,8	1,1	1,1	13,4

Утверждаю
Директор школы

Сорокина В.Н.

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

День 30.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	горбты	№2	Каша пшеничная	250	253	8,514	9,475	33,474
	горнич	№56	Чай с сахар	200	45,5	0,1	0	12
			Путерброд с маслом	50/10	168,5	6,09	6,55	21,29
			И завтрак - сок	100	52	0,35	0,1	11,8
Завтрак 2	Зеленая	№46	Салат из капусты	60	68,3	1,1	5,06	4,8
	П.б.м	№20	Суп горох. на м.б.	250	136,6	6,36	5,54	16,16
	П.б.м	№31	Рези. обжар. с мясом	60/176	293	14,5	18,34	16
	горнич	№56	Компот из сухоф	200	68	0,15	0	28,6
Обед			Печенье	50				
	горнич	№56	Компот из сухоф	200	68	0,15	0	28,6
Полдник								
					1152,90	40,31	45,06	173,72