



Sorokina

Сорокина В.Н.

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

Отд./корп

День

8 07 26

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Вермишель молоч	250	249,7	8,2	8,8	34,47
			Чай с сахар	200	45,5	0,1	0	4
			Пшеничный с маслом	50/10	168,5	6,09	6,55	21,49
Завтрак 2			Сок	100	52	0,35	0,1	11,8
Обед			Салат из свеклы	60	67	0,46	5,05	5,3
			Суп "Чих"	250	133,56	6,4	3	24
			Котлет "море"	180	190	4,4	7,35	27,4
			Компот из фруктов	85	235,4	16,2	116,6	3
			Компот из св.яб					
Полдник			Пюре с маслом	70	251,7	6	10	34,10
			Чай из фруктов	200	120,6	3,6	4,1	18,1