



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			Каша манная жид. мол.	250	230,6	7,66	8,7	230,60
			Чай с сахар	200	45,50	0,1	0	12
			Творожок с масл.	50/10	21,05	4,05	4,25	21,05
			Сок					
Завтрак 2			Сметана из св. кр.	60	68,3	1,1	5,06	4,8
			Грассорышек на м/б	250	166	6,16	5,62	21,64
			Творожок из кр.	90	24,7	1,6	1,8	6
			Потки отвар	150	179,35	4,215	5,44	28,07
Обед			Кокот из св.	200	68	0,15	0	17,5
Полдник			Творожок с изюмом	100	258,2	6	10	35,6
			Чай с сахар	200	45,5	0,1	0	12