



Сорокина

Сорокина В.Н.

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

Отд./корп

День

29 07 2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Хлеб	1	Хлеб с маслом	153	263	11,2	11,3	28,04
			Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12
			Бутерброд с маслом	50/10	138,5	4,05	4,25	21,05
Завтрак 2			Сок	100	52	0,35	0,1	11,8
			Салат из капусты	50				
Обед			Суп рисовый на м/б	258,88	158,38	39,56	5,6	21,15
			Котлета мясная пар.	85	235,4	16,2	16,6	3
			Хлеб пшени	180				
			Компот из сухоф.	200	68	0,15	0	17,5
Полдник			Хлеб с маслом	50	262,4	6,1	10,65	35
			Чай с сахар	200	45,5	0,1	0	12