

Утверждаю
Директор школы

Сорокина

Сорокина В.Н.

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

День

6 08 26

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак			Молоко "Дружба"	250	250,3	7,8	9,125	34,2
			Масло с сахаром	200	45,5	0,1	0	12
			Путерброд с маслом	50/10	138,5	4,05	4,25	21,05
Завтрак 2			Сок		431,3	12		67,25
				100	52	0,35	0,1	11,8
Обед			Салат из свеклы	60	68,3	1,1	5,06	4,8
			Суп с клецками и/б	250	162,7	7,46	7	17,7
			Картофель тушен с мясом	166/60	340,3	18,2	18,6	26,7
			Компот из сухоф.	200	68	0,15	0	17,5
			Хлеб пшени - ржан	20/60	143,64	5,18	0,84	28,84
Полдник			Оладьи из муки	80	207,4	6	5	34,10
			Кисель	200	51,1	0,12	0	12,8