



Утверждаю
Директор школы

Сорокина

Сорокина В.Н.

24.08.26

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

Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Завтрак	№2	Каша греч. рассыпчатая	250	249	8,8	9,4	32,10
	Завтрак	№56	Чай с сахаром	200	48,5	0,1	0	12
			Пудинг с маслом	50/10	162,5	6,09	6,55	21,29
Завтрак 2	Сладкое		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 "Лягушка" на м/б	250	135,4	6	5,4	15,4
	Горюхи	№30	Котлеты из рыбы	71	99,12	8,5	4	3,02
	Парни	№65	Отварной рис	150	68	0,15	0	14,5
	Сладкое		Сухофрукты	200	68	0,15	0	17,5
Полдник	Сладкое		Пудинг	70	153,32	2,4	1,86	30
	Сладкое		Чай с сахаром	200	63,8	1,1	1,1	13,4