Утверждаю
Директор школы Сорокина В.Н.

Школа МОУ СОШ им.И.С.Кошелева с.Лермонтово Белинского р-на Пензенской обл 5-11 классы 15.09.2026 г

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | | | | | | | | |
| | гор.напиток | 75 | Плов с изюмом | 300 | 20.65 | 178 | 7 | 6 | 24 |
| | хлеб | 268 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 9.50 | 57 | 20 | 5 | 15 |
| | | 2 | Бутерброд с м/слив.и джемом | 65 | 9.85 | 184 | 3 | 5 | 16 |
| | | | | | 40.00 | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | Закуска | 64 | Салат из свеклы с м/р. | 100 | 2.85 | 136 | 2 | 10 | 10 |
| | 1 блюдо | 103 | Рассольник ленинградский с кр.перловой | 250 | 14.55 | 133 | 3 | 6 | 18 |
| | 2 блюдо | 159 | Котлеты (биточки) из мясо птицы | 100 | 88.01 | 255 | 15 | 16 | 14 |
| | гарнир | 443 | Картофельное пюре с м/сл. | 180 | 7.40 | 113 | 3 | 6 | 22 |
| | сладкое | 434 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 6.50 | 59 | 1 | 1 | 15 |
| | хлеб бел. | 108 | Хлеб пшеничный | 20 | 2.23 | 47 | 2 | 1 | 10 |
| | хлеб черн. | 109 | Хлеб ржаной | 30 | 1.71 | 71 | 3 | 1 | 15 |
| | | | Итого: | | 123.25 | 903 | 42 | 33 | 94 |
| | | | | | | | | | |