Утверждаю

Директор школы Сорокина В.Н.

Школа МОУ СОШ им.И.С.Кошелева с.Лермонтово Белинского р-на Пензенской Отд./корп 5-11 Классы День 14.10.2026г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	182	Каша овсяная молочная	250	18,21	234	7	9	30
	гор.напиток	268	Чай с сахаром	200	4,44	57	20	5	15
	хлеб	3	Бутерброд с м/сл.и сыром	50	17,35	394	14	13	60
					40,00				
Завтрак 2	фрукты								
	Закуска	33	Салат из моркови с м/р.	100	4,25	67	1	13	15
	1 блюдо	142	Щи из св.капусты с картофелем	250	15,50	99	2	7	8
	2 блюдо	207	Куры отварные с соусом	100	83,30	234	31	12	1
	гарнир	447	Макароны отварные с м/сл.	180	9,50	212	6	5	35
	сладкое	508	Компот из с/фруктов	200	6,76	110	1		27
	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