Утверждаю

Директор школы Сорокина В.Н.

ФМОУ СОШ им.И.С.Кошелева д/сад с.Лермонтово Белинского р-на Пенз Отд./корп День 15.10 26 г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор блюдо	2	Каша манная молоч.	250	230,6	7,66	8,7	30,37
	гор напит	56	Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12
	хлеб		Бутерброд с маслом	50/10	162,5	6,09	6,55	21,29
						13,85	15,25	63,66
Завтрак 2	сладкое		Сок	100	52	0,35	0,1	11,8
Обед	закуска	46	Винегрет овощ.	65	70	5,1	5,5	70
	1 блюдо	20	Суп гречневый к/м/б	250	159	6,6	6	20,36
	2 блюдо	31	Котлета рыбная	71	94,12	8,5	4	3,02
	Гарнир	34	Отвар риса	150	176,35	1,61	5,4	28,6
	сладкое	51	Компот из сухоф.	200	68	0,15	0	17,5
	хлеб черн		Хлеб ржан.	20/60	143,64	5,18	0,84	28,84
Полдник	выпечка		Пряники с маслом сах.	50	262,40	6,1	10,65	35
	гор нап.		Чай с сахар	200	63,8	1,1	1,1	13,4