Утверждаю
Директор школы Сорокина В.Н.

ФМОУ СОШ им.И.С.Кошелева д/сад с.Лермонтово Белинского р-на Пенз Отд./корп 26 День 21 10 26

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор блюдо	8	Каша рис. молоч	250	249,7	8,2	8,8	34,474
	гор блюдо	56	Чай с сахар	200	45,5	0,1	0	12
	Хлеб		Бутерброд с маслом	50/10	168,5	6,09	6,55	21,29
Завтрак 2			Сок	100	52	0,35	0,1	11,8
	Заказ		Салат из свежих овощей	60	40	0,08	0,3	0,11
Обед	1 блюдо	16	Суп „Уха"	250	133,56	6,4	3	21
	2 блюдо		Жарт. пюре	180	190	4,4	7,35	27,4
	2 блюдо		Котлета пар. мясная	85	235,4	16,2	16,6	3
	Выпечка		Блины с маслом	70	251,7	6	10	34,1
	гор нап.		Кофейный напиток	200	120,6	3,6	4,1	18,1
Полдник			Фрукты					