Утверждаю

Директор школы Сорокина В.Н.

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

День 26 10 26г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор блюдо		Каша греч. молок.	250	249	8,8	9,475	32,1
	гор нап		Чай с сахар	200	45,5	0,4	0	12
	хлеб		Бутерброд с маслом	50/10	138,5	4,05	4,25	21,05
Завтрак 2	сладкое		Сок	100	0, 32 52	0,35	0,3	11,8
Обед	закуска		Салат из капусты с/б	60	67,20	0,8	5,06	5,5
	I блюдо		Суп рисов. на м/б	250	158,38	39,56	5,6	21,15
	II блюдо		Тушк. отвар	150	179,35	4,215	5,44	28,03
			Тушен в том соусе	90	247		18	6
	сладкое		Компот из сухоф.	200	68	0,15	0	17,5
	хлеб черн		Хлеб ниж	20/60	143,64	5,18	0,84	28,84
Полдник	сладкое		Булочка с сыром	100	258,2	6	10	35,6
	гор нап		Компот из сухоф	200	68	16,0	18,	6