Утверждаю

Директор школы Сорокина В.Н.

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

День 28.10.26

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша молоч. "Дружба"	250	250,3	7,8	9,125	34,20
	гор.напиток		Чай с сахар.	200	45,5	0,1	0	12
	хлеб		Бутерброд с масл.	50/10	138,5	4,05	4,25	21,05
Завтрак 2	сладкое		Сок	100	52	0,35	0,1	11,8
Обед	закуска		Салат из свеклы	60	20,2	0,7	0,05	5
	1 блюдо		Суп "Лапша" на м/б	250	135,4	11,2	0,6	0,05
	II блюдо		Картофель туш. с мясом	166/60	340,3	18,2	18,6	26,7
	сладкое		Компот из сухофр.	200	68	0,15	0	17,5
	хлеб рж		Хлеб ржан	60	143,64	5,18	0,84	28,84
			Хлеб пш	20/60	143,64	5,18	0,84	28,84
Полдник			Какао	200	137	4,2	5,2	19,1
			Оладьи из печки	80	207,4	6	5	34,1