Утверждаю

Директор школы Сорокина В.Н.

ФМОУ СОШ им.И.С.Кошелева д/сад с.Лермонтово Белинского р-на Пенз Отд./корп День 30/10 2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор блюдо	17	Сладкий плов	200	200,6	3,3	2,6	40,574
	гор напит	56	Чай с сахаром	200	45,5	0,1	0	12
	хлеб		Бутерброд с маслом	50/10	138,5	4,05	4,25	21,05
						7,45	6,85	73,624
Завтрак 2	сладкое		Сок	100	52	0,35	0,1	11,8
Обед	закуска	№44	Салат из капусты	60	67	0,76	5,05	5,3
	1 блюдо	№15	Суп крестьянский на м/б	250	160,6	6,5	6	21
	2 блюдо	№23	Капуста тушеная с мясом	152/60	279,25	18,12	12,2	11,2
	сладкое	№54	Компот из сухофр.	200	68	0,15	0	17,5
	хлеб гарн							
			Хлеб пшеничный	20/60	143,64	5,18	0,84	28,84
Полдник	сладкое	№51	Печенье	50	51,76	1,666	2,076	24,24
	гор напит	№51	Компот из сухофр.	200	68	0,15	0	17,5