



Сорокина В.Н.

Школа **МОУ СОШ им.И.С.Кошелева с.Лермонтово Белинского р-на пензенской** Отд./корп **5-11 классы** День **10.02.23г.**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо								
	гор.напиток								
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	48	Винегрет с м/р.	100	2.58	108	2	10	3
	1 блюдо	125	Суп картофельный с рыбой	250	13.62	156	8	5	20
	2 блюдо	369	Гуляш из говядины	100	53.20	345	24	21	15
	гарнир	167	Макароны отварные с м/сл.	180	11.41	109	4	2	17
	сладкое	383	Чай с сахаром	200	5.03	59	1	1	15
	хлеб бел.	108	Хлеб пшеничный	20	1.71	47	2	1	10
	хлеб черн.	109	Хлеб ржаной	30	1.34	71	3	1	15
			Итого:			88.89	903	42	33