

МБОУ СОШ с. Пензенское

Отд./корп

День

[illegible]

МБОУ СОШ с. Пензенское

Отд./корп

День

[illegible]

МБОУ СОШ с. Пензенское

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	60/4	Птица в томатном соусе, макароны отварные	240	51,25	259	11	15	20
	закуска	19	Салат из свежих овощей	60	26,42	39	1	3	2
	гор.напиток	507	Компот из свежих фруктов и ягод	200	17,37	92	0	0	23
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	60	4,68	150	4	2	29
	напиток	17	Сок	200	40	36	1	0	8
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								

МБОУ СОШ с. Пензенское

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	34/41	Гуляш с мясом, гречка отварная	240	54,65	280	11	16	23
	закуска	61	Салат из моркови с зеленым горошком	60	16,11	77	2	1	15
	гор.напиток	508	Компот из сухофруктов	200	6	36	1	0	8
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	60	4,68	150	4	2	29
	фрукты	42	Фрукты	100	20,7	28	0	0	7
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								

МБОУ СОШ с. Пензенское

Page 10 of 10

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	38/39	Рыба тушеная с овощами, рис отварной	240	69,82	216	13	12	14
	закуска	19	Салат из свежих овощей	60	26,42	39	1	3	2
	гор.напиток	507	Компот из свежих фруктов и ягод	200	17,37	92	0	0	23
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	60	4,68	150	4	2	29
	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								

МБОУ СОШ с. Пензенское

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	64/4	Бефстроганов с мясом кур, макароны отварные	240	51,25	259	11	15	20
	закуска	48	Салат витаминный	60	21,86	60	1	2	11
	гор.напиток	508	Компот из сухофруктов	200	6	36	1	0	8
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	60	4,68	150	4	2	29
	фрукты	42	Фрукты	100	20,7	28	0	0	7
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								