

10 октября 2023 год				
Возраст	1-4 класс	5-9 класс	1-4 класс	5-9 класс
	Выход		Ккал	
Завтрак				
Каша "Дружба"	200	200	234,82	234,8
Кофейный напиток с молоком	180	180	99,45	99,45
Бутерброд с сыром	35	45	120,8	150,05
Хлеб пшеничный	50	70	117,5	164,5
Груша	150	150	70,5	70,5
Обед				
Салат витаминный	90	100	125,6	139,55
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	250	97,3	121,63
Плов из отварной говядины	230	250	443,41	440
Компот из апельсинов с яблоками	180	180	66,81	66,81
Хлеб ржаной	60	100	104,4	174
Хлеб пшеничный	30	25	78,6	58,75
Полдник				
Пудинг из творога паровой	150	150	273,62	273,62
Молоко сгущенное	30	30	98,4	98,4
Кефир	180	180	97,6	97,6
Ужин				
Фрикадельки из птицы(филе)	90	100	263,77	293,08
Капуста тушеная	200	210	170,48	179
Чай с сахаром	180	200	54,12	60,13
Хлеб пшеничный	40	70	104,8	164,5
Хлеб ржаной	20	20	34,8	34,8
2 Ужин				
Сок	180	180	126	126
Хлеб пшеничный	20	20	52,4	52,4

Директор МБОУ ОШИ № 1 г. Пензы

Е.В. Майская

Повар

Л.Ф. Лымарёва

