13 ноября 2023 год				
Возраст	1-4 класс	5-9 класс	1-4 класс	5-9 класс
	Выход		Ккал	
Завтрак				
Каша гречневая вязкая	150	200	205,58	274,1
Кофейный напиток с молоком	180	180	99,45	99,45
Бутерброд с сыром	35	45	120,8	150,05
Хлеб пшеничный	40	70	104,8	164,5
Яблоко	150	150	70,5	70,5
Обед				
Салат из моркови	60	100	79,2	132
Рассольник ленинградский	200	250	113,11	141,39
Биточки рубленные из птицы (филе)	90	100	219,03	243
Капуста тушенная	150	180	94,5	153,42
Сок	180	200	126	136
Хлеб ржаной	60	100	104,4	174
Хлеб пшеничный	30	25	78,6	58,75
Полдник				
Булочка молочная	100	100	313,22	313,22
Кисель	180	200	47,36	52,62
Зефир	20	50	65,2	163
Ужин				
Рыба, запеченная в омлете	90	100	132,3	147
Картофель, тушенный в соусе	150	210	204,35	284,93
Чай с сахаром	200	200	60,13	60,13
Хлеб пшеничный	40	70	104,8	164,5
Хлеб ржаной	20	20	34,8	34,8
2 Ужин				
Хлеб пшеничный	20	20	52,4	52,4
Компот из смеси сухофруктов	180	180	99	99

Директор МБОУ ОШИ № 1 г. Пензы **Е.В. Майская**

Повар **Л.Ф.Лымарёва**