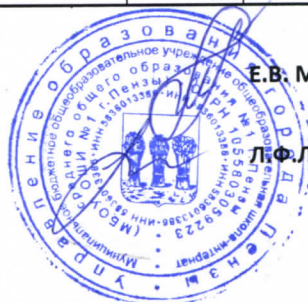


21 декабря 2023 год				
Возраст	1-4 класс	5-9 класс	1-4 класс	5-9 класс
	Выход		Ккал	
<b>Завтрак</b>				
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	150	200	171,85	229,14
Сыр Голландский	15	20	52,5	70
Чай с молоком	180	180	78,41	78,41
Хлеб пшеничный	50	70	117,5	164,5
Банан	150	150	144	144
<b>Обед</b>				
Винегрет овощной	60	100	76,01	126,69
Суп из овощей	200	250	86,2	99,09
Котлеты рыбные	90	100	119,96	133,29
Пюре из гороха с маслом	150	185	245,16	299,63
Кисель	180	180	47,57	47,57
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	60/30	100/25	104,4/78,6	174/58,75
<b>Полдник</b>				
Запеканка из творога	150	150	395,38	395,38
Молоко сгущенное	15	20	49,2	65,6
Чай с сахаром	180	180	54,12	54,12
<b>Ужин</b>				
Тефтели из говядины паровые в молочном соусе	63/27	70/30	136,4	151,56
Картофельное пюре	150	210	155,15	217,19
Компот из яблок с лимоном	200	200	105,68	105,68
Хлеб пшеничный	40	70	104,8	164,5
Хлеб ржаной	20	20	34,8	34,8
<b>2 Ужин</b>				
Сок яблочный	170	170	78,4	78,4
Хлеб пшеничный	20	20	52,4	52,4

Директор МБОУ ОШИ № 1 г. Пензы

Повар



Е.В. Майская

Л.Ф. Лымарёва