

| 24 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

