

| 4 октября 2024 год                |           |            |           |            |
|-----------------------------------|-----------|------------|-----------|------------|
| Возраст                           | 1-4 класс | 5-11 класс | 1-4 класс | 5-11 класс |
|                                   | Выход     |            | Ккал      |            |
| Завтрак                           |           |            |           |            |
| Каша рисовая молочная жидкая      | 150       | 200        | 169,77    | 226,36     |
| Бутерброд с маслом                | 20        | 20         | 77,66     | 77,66      |
| Какао с молоком                   | 180       | 180        | 133,62    | 133,62     |
| Хлеб пшеничный                    | 50        | 70         | 117,5     | 164,5      |
| Печенье                           | 40        |            | 166,8     |            |
| 2 завтрак                         |           |            |           |            |
| Йогурт 0,2                        | 200       |            | 136       |            |
| Сок 0,2                           |           | 200        |           | 83         |
| Обед                              |           |            |           |            |
| Салат "Степной" из разных овощей  | 60        | 60         | 37,11     | 37,11      |
| Суп из овощей                     | 200       | 250        | 86,2      | 115,85     |
| Бефстроганов из отварной говядины | 45/45     | 50/50      | 209,61    | 232,9      |
| Каша гречневая рассыпчатая        | 150       | 180        | 257,14    | 308,57     |
| Кисель                            | 200       | 200        | 52,62     | 52,62      |
| Хлеб ржаной                       | 60        | 100        | 104,4     | 174        |
| Хле пшеничный                     | 30        |            | 70,5      |            |
| Полдник                           |           |            |           |            |
| Яблоко                            | 145       | 145        | 68,15     | 68,15      |
|                                   | 0         | 0          |           |            |

Директор МБОУ ОШИ № 1 г. Пензы

Е.В. Майская

Повар

Л.Ф.Лымарева

