

17 апреля 2024 год				
Возраст	1-4 класс	5-11 класс	1-4 класс	5-11 класс
	Выход		ккал	
Завтрак				
Омлет натуральный	150	200	255,81	342,61
Какао с молоком	180	180	133,62	133,62
Бутерброд с маслом	20	25	77,66	105,4
Хлеб пшеничный	50	70	117,5	164,5
Яблоко	150		70,5	
Обед				
Борщ с капустой и картофелем	200	250	84,92	106,15
Картофельное пюре	160	180	165,48	184,55
Бефстроганов из отварной говядины	90	100	209,61	232,9
Чай с сахаром	180	200	54,12	60,13
Хлеб ржаной	60	100	104,4	174
Полдник				
Ватрушка с творожным сладким фаршем	100	100	370,65	370,65
Напиток из шиповника	180	180	104,99	104,99
Ужин				
Гуляш из говядины	52/38	58/42	232,73	258,58
Макаронные изделия отварные	150	210	217	303,8
Компот из смеси сухофруктов	200	200	110	110
Хлеб пшеничный	40	70	104,8	164,5
2 Ужин				
Чай с сахаром	180	180	54,12	54,12
Хлеб пшеничный	20	20	52,4	52,4

Директор МБОУ ОШИ № 1 г. Пензы

Е.В. Майская

Повар



Л.Ф. Лымарева