

19 марта 2024 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/Бутерброд с маслом	40	20	138,05	77,66
Хлеб пшеничный	50	70	117,5	164,5
Яблоко/Вафли	200/35		70,5/123,9	
Обед				
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	250	97,3	121,63
Плов из отварной говядины	230	250	443,41	440
Напиток из шиповника	180	180	104,99	104,99
Хлеб ржаной	60	100	104,4	174
Полдник				
Сырники из творога запеченные	100	150	257,33	385,99
Молоко сгущенное	5	10	16,4	32,8
Кефир	150	150	81,3	81,3
Ужин				
Фрикадельки из птицы(филе)	90	100	263,77	293,08
Капуста тушеная	170	210	144,9	179
Чай с сахаром	180	200	54,12	60,13
Хлеб пшеничный	40	70	104,8	164,5
2 Ужин				
Сок	150	150	105	105
Хлеб пшеничный	20	20	52,4	52,4

Директор МБОУ ОШИ № 1 г. Пензы

Е.В. Майская

Повар

Л.Ф.Лымарёва

