

19 мая 2025 год				
Возраст	1-4 класс	5-9 класс	1-4 класс	5-9 класс
	Выход		Ккал	
Завтрак				
Каша гречневая вязкая	150	200	205,58	274,1
Кофейный напиток с молоком	180	180	99,45	99,45
Бутерброд с сыром	35	45	120,8	150,05
Хлеб пшеничный	40	70	104,8	164,5
Яблоко	180	150	84,6	70,5
Яйцо вареное		40		62,8
Обед				
Огурцы свежие	60	100	8,4	14
Рассольник ленинградский	200	250	113,11	141,39
Тефтели из говядины паровые в молочном соусе	63	70	136,4	151,56
Капуста тушенная	150	180	94,5	153,42
Сок	180	200	126	136
Хлеб ржаной	60	100	104,4	174
Полдник				
Булочка молочная	100	100	313,22	313,22
Кисель	180	200	47,36	52,62
Ужин				
Рыба, запеченная в омлете	90	100	132,3	147
Картофель, тушенный в соусе	150	210	204,35	284,93
Чай с сахаром	200	200	60,13	60,13
Хлеб пшеничный	40	70	104,8	164,5
2 Ужин				
Хлеб пшеничный	20	20	52,4	52,4
Компот из смеси сухофруктов	180	180	99	99

Директор МБОУ ОШИ № 1 г. Пензы

Е.В. Майская

Повар

Л.Ф. Лымарёва

