

20 марта 2024 год				
Возраст	1-4 класс	5-9 класс	1-4 класс	5-9 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	20	20	52,4	52,4
Яблоко	150		70,5	
Обед				
Борщ с капустой и картофелем	200	250	84,92	106,15
Картофельное пюре	150	180	155,14	184,55
Бефстроганов из отварной говядины	90	100	209,61	232,9
Чай с сахаром	180	200	82,8	92
Хлеб ржаной	60	100	104,4	174
Хлеб пшеничный	30		78,6	
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	40	104,8	104,8
2 Ужин				
Напиток из шиповника	180	180	104,99	104,99
Хлеб пшеничный	20	20	52,4	52,4

Директор МБОУ ОШИ № 1 г. Пензы

Е.В. Майская

Повар

Л.Ф. Лымарёва

