

21 мая 2025 год				
Возраст	1-4 класс	5-9 класс	1-4 класс	5-9 класс
	Выход		Ккал	
Завтрак				
Омлет натуральный	150	200	256,96	342,61
Сыр Голландский	40	20	0	72,8
Чай с лимоном	180	180	56,01	56,01
Хлеб пшеничный	50	70	117,5	164,5
Яблоко	180	200	84,6	94
Печенье	40		166,8	
Обед				
Салат из капусты квашеной с луком	60	100	63	109
Свекольник	200	250	93,86	129,47
Биточки рубленые из птицы (филе)	90	100	219,03	243
Макаронные изделия отварные	150	180	222,53	260,4
Сок	180	200	126	140
Хлеб ржаной	60	100	104,4	174
Полдник				
Ватрушка с творожным фаршем	100	100	370,65	370,65
Ряженка	180	200	97,2	108
Печенье	0	20		83,4
Ужин				
Котлета рыбная	90	100	119,96	146,29
Картофельное пюре	150	210	155,15	215,31
Чай с сахаром	200	200	60,13	60,13
Хлеб пшеничный	40	70	104,8	164,5
2 Ужин				
Компот из яблок с лимоном	180	180	95,1	95,11
Батон нарезной	20	20	52,4	52,4

Директор МБОУ ОШИ № 1 г. Пензы

Е.В. Майская

Повар

Л.Ф.Лымарёва

