

21 ноября 2024 год				
Возраст	1-4 класс	5-11 класс	1-4 класс	5-11 класс
	Выход		Ккал	
Завтрак				
Каша манная молочная жидкая	150	200	164,37	219,16
Кофейный напиток с молоком	180	180	99,45	99,45
Бутерброд с сыром	35	45	120,8	150,05
Хлеб пшеничный	50	70	117,5	164,5
Йогурт 0,2	200	0	136	
Обед				
Суп картофельный с бобовыми	200	250	129,4	161,75
Рыба (филе) отварная	90	100	82,13	91,26
Сложный гарнир	180	180	169,12	169,12
Компот из сухофруктов	180	180	99	99
Хлеб ржаной	60	100	104,4	174
Полдник				
Вареники ленивые	150	150	331,69	331,69
Чай с сахаром	200	200	60,13	60,13
Ужин				
Биточки рубленые из птицы (филе)	90	100	219,03	243,37
Каша гречневая рассыпчатая	180	210	308,57	360
Напиток из шиповника	180	200	104,99	105
Хлеб пшеничный	40	70	104,8	164,5
	0	0		
2 Ужин				
Сок	180	180	126	126
Хлеб пшеничный	20	20	52,4	52,4

Директор МБОУ ОШИ № 1 г. Пензы

Е.В. Майская

Повар

Л.Ф.Лымарева

