

24 октября 2024 год				
Возраст	1-4 класс	5-11 класс	1-4 класс	5-11 класс
	Выход		ккал	
Завтрак				
Каша из хлопьев овсянных "Геркулес" жидкая	150	200	171,85	229,14
Сыр твердый Голландский	15	20	52,5	70
Чай с молоком	180	180	78,41	78,41
Яйцо вареное	40	0	62,8	
Хлеб пшеничный	50	70	117,5	164,5
Груша	150		70,5	
Обед				
Суп из овощей	200	250	86,2	99,09
Котлеты рыбные	90	100	119,96	133,29
Пюре из гороха с маслом	150	185	245,16	299,63
Кисель	180	180	47,57	47,57
Хлеб ржаной	60	100	104,4	174
Полдник				
Запеканка из творога	150	150	395,38	395,38
Чай с сахаром	180	180	54,12	54,12
Ужин				
Тефтели из говядины паровые в молочном соусе	63/27	70/30	136,4	151,56
Картофельное пюре	150	210	155,15	217,19
Компот из яблок с лимоном	200	200	105,68	105,68
Хлеб пшеничный	40	70	104,8	164,5
2 Ужин				
Сок	150	150	69	69
Хлеб пшеничный	20	20	52,4	52,4

Директор МБОУ ОШИ № 1 г. Пензы

Повар



Е.В. Майская

Л.Ф.Лымарева