



СОГЛАСОВАНО

Директор ШКОЛЫ № 1 Пензенская область
Осеева О. В.

Меню на «17» апреля 2024г.

8

возрастная категория 6-10 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена за Порцию
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	80	0,88	0,16	3,04	17,6	6,00
Рыба тушеная с овощами	100	8,75	6,95	5,8	125,00	30,71
Рис отварной	150	3,65	5,37	36,70	209,70	14,00
Чай с сахаром	210	0,20	0,10	9,30	30,00	15,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60	4,00
Хлеб ржаной	20	1,60	0,30	8,02	41,20	4,00
Итого за завтрак:	600	18,12	13,20	82,54	517,10	

Цена 73 рублей 71 копеек

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию р
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты	30	0.5	1.5	2.7	27.0	9,80
Рассольник ленинградский	200	1.9	4.1	13.2	97.8	13,50
Птица. тушенная в соусе	50/50	13.8	15.1	3.8	213.1	28,70
Макаронные изделия с масл/слив	150/5	5.6	7.9	35.0	230.8	12,00
Сок фруктовый	180	0.9	0.2	18.2	82.2	5,00
Хлеб пшеничный	60	4.5	0.45	30.0	142.05	4,00
Хлеб ржаной	30	3.0	0.45	12.0	60.3	3,00
Итого за обед:	755	30,2	29,7	114,9	853,25	

Цена 76 р

возрастная категория 12-18 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			цена за порцию руб	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
Рыба тушеная с овощами	100	8,75	6,95	5,8	21,00	125,0
Рис отварной	180	4,38	6,44	44,04	11,00	251,64
Чай с сахаром	210	0,20	0,10	9,30	15,00	30,0
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,3	20,0	5,00	94,7
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	7,9	3,00	40,2
Итого за завтрак:	550	17,63	13,99	87,04		541,54

Цена 55 р

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			цена за порцию руб	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты	50	0.7	2.5	4.6	9.8	44.9
Рассольник ленинградский	250	2.3	5.3	16.4	13.50	122.4
Птица. тушенная в соусе	50/50	13.8	15.1	3.8	28.7	213.1
Макаронные изделия с м/слив	200/5	7.2	9.4	44.9	12.00	293.2
Компот из свежих плодов	180	0.1	0.1	9.5	5.00	40.7
Хлеб пшеничный	60	4.65	0.45	30.0	4.00	142.05
Хлеб ржаной	40	1.95	0.45	11.85	3.00	60.3
Итого за обед:	885	30,7	33,3	121,05		916,65

Цена 76 р