

УТВЕРЖДАЮ

Директор



Т.П. Дехтина

Ежедневное меню 1-4 классы (7-11 лет)

Школа	Отд./корп	МБОУ «СОШ № 30»			День	14.12.2022		
Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	основное блюдо	Рыба тушеная с овощами	90		93,51	12,42	2,88	4,59
	гарнир	Картофельное пюре с маслом	150		173,1	3,3	7,8	22,35
	закуска	Ассорти из свежих овощей	60		0,57	0,36	1,92	11,4
	хлеб	Хлеб пшеничный	35		82,25	2,66	0,28	17,22
	хлеб	Хлеб ржаной	20		36,26	1,14	0,22	7,44
	напиток	Компот из сухофруктов	200		110	0,4	0	27

Дополнительное питание 1-4 классы (7-11 лет)

Школа	Отд./корп	МБОУ «СОШ № 30»			День	14.12.2022		
Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	горячее блюдо	Уха с рыбой	200		117,6	7,2	6,4	8
	хлеб	Хлеб пшеничный	30		72	2,13	0,21	13,26
	Сок	Сок фруктовый	200		92	0	0	22,8