

УТВЕРЖДАЮ

Директор



Л.И. Демкина

Ежедневное меню 1-4 классы (7-11 лет)

| Школа | Отд./корп | МБОУ «СОШ № 30» | | | День | 18.11.2022 | | |
|------------|-----------------|--------------------------|---------|------|--------------|------------|-------|----------|
| Прием пищи | Раздел | Блюдо | Выход,г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | основное блюдо | Омлет натуральный | 150 | | 220,2 | 15,6 | 16,35 | 2,7 |
| | овощи | Ассорти из свежих овощей | 60 | | 11,4 | 0,57 | 0,36 | 1,92 |
| | закуска | Бутерброд с сыром | 35 | | 107,0 | 4,98 | 5,01 | 9,96 |
| | хлеб | Хлеб ржаной | 20 | | 36,26 | 1,14 | 0,22 | 7,44 |
| | горячий напиток | Какао с молоком | 200 | | 148,4 | 6,64 | 5,14 | 18,6 |

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

| Школа | Отд./корп | МБОУ «СОШ № 30» | | | День | 18.11.2022 | | |
|------------|-----------------|--------------------------|---------|------|--------------|------------|------|----------|
| Прием пищи | Раздел | Блюдо | Выход,г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Обед | горячее блюдо | Борщ с мясом со сметаной | 200 | | 127,8 | 6,2 | 7,2 | 9,2 |
| | хлеб | Хлеб пшеничный | 30 | | 72 | 2,13 | 0,21 | 13,26 |
| | горячий напиток | Чай с сахаром | 200 | | 44,8 | 10,2 | 0 | 11 |