

УТВЕРЖДАЮ

Директор



М.И. Дехтина

Ежедневное меню 1-4 классы (7-11 лет)

Школа	Отд./корп	МБОУ «СОШ № 30»			День	09.09.2022		
Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	основное блюдо	Филе птицы тушенное в томатном соусе	100		202,68	14,85	13,32	5,94
	гарнир	Спагетти отварные с маслом	180		223,65	6,45	4,05	40,2
	овощи	Помидоры порционные	60		15,4	0,66	0,12	2,28
	хлеб	Хлеб пшеничный	20		48	1,4	0,14	8,8
	хлеб	Хлеб ржаной	20		36,26	1,14	0,22	7,44
	десерт	Десерт молочный	200		131,4	5,4	4,2	18
	горячий напиток	Чай с сахаром	200		78,6	0,4	0,6	17,8