

УТВЕРЖДАЮ

Директор



Л.И. Дехтина

Ежедневное меню 1-4 классы (7-11 лет)

Школа	Отд./корп	МБОУ «СОШ № 30»			День	16.09.2022		
Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	основное блюдо	Курица запечённая	90		229,77	22,41	15,3	0,54
	гарнир	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150		21,03	7,2	5,1	33,9
	фрукты	Яблоко	150		69	0,6	0	16,95
	хлеб	Хлеб пшеничный	20		48	1,4	0,14	8,8
	хлеб	Хлеб ржаной	20		36,26	1,14	0,22	7,44
	напиток	Напиток плодово-ягодный витаминизированный	200		81,4	0	0	20,2