

УТВЕРЖДАЮ

Директор



Л.И. Дехтина

Ежедневное меню 1-4 классы (7-11 лет)

Школа	Отд./корп	МБОУ «СОШ № 30»			День	16.02.2023		
Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	основное блюдо	Филе птицы тушеное с овощным чатни	90		224,21	13,94	16,18	5,21
	гарнир	Каша гречневая вязкая с маслом	150		134,25	4,35	3,9	20,4
	закуска	Сыр порциями	15		54,6	3,48	4,43	0
	хлеб	Хлеб пшеничный	25		60	1,78	0,18	11,05
	хлеб	Хлеб ржаной	20		36,26	1,14	0,22	7,44
	напиток	Компот из сухофруктов	200		59,48	0,37	0	14,85

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

Школа	Отд./корп	МБОУ «СОШ № 30»			День	16.02.2023		
Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	горячее блюдо	Суп картофельный с мясом	200		115,6	6	5,4	10,8
	хлеб	Хлеб пшеничный	20		48	1,4	0,14	8,8
	напиток	Отвар из шиповника	200		101,2	0,8	0	24,6