

УТВЕРЖДАЮ

Директор



Л.И. Демкина

Ежедневное меню 1-4 классы (7-11 лет)

Школа	Отд./корп	МБОУ «СОШ № 30»			День	15.03.2023		
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	Картофель запеченный с зеленью	150		151,35	3,3	3,9	25,6
	закуска	Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17		49,98	1,7	4,42	0,85
	хлеб	Хлеб пшеничный	35		82,25	2,66	0,28	17,22
	хлеб	Хлеб ржаной	25		45,32	1,42	0,27	9,3
	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	15.03.2023		
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