

УТВЕРЖДАЮ

Директор



Л.И. Дехтина

Ежедневное меню 1-4 классы (7-11 лет)

| Школа | Отд./корп | МБОУ «СОШ № 30» | | | День | 18.01.2023 | | |
|------------|-----------------|---|---------|------|--------------|------------|------|----------|
| Прием пищи | Раздел | Блюдо | Выход,г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | основное блюдо | Запеканка из творога с ягодой | 150 | | 261,16 | 16,03 | 7,85 | 31,16 |
| | фрукты | Яблоко | 150 | | 69 | 0,6 | 0 | 16,95 |
| | закуска | Сыр сливочный в индивидуальной упаковке | 17 | | 49,98 | 1,7 | 4,42 | 0,850 |
| | хлеб | Батон пшеничный | 30 | | 75,66 | 2,16 | 0,81 | 14,73 |
| | хлеб | Хлеб ржаной | 20 | | 36,26 | 1,14 | 0,22 | 7,44 |
| | Горячий напиток | Горячий шоколад | 200 | | 100,8 | 3,2 | 3,2 | 14,6 |

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

| Школа | Отд./корп | МБОУ «СОШ № 30» | | | День | 18.01.2023 | | |
|------------|---------------|-----------------------|---------|------|--------------|------------|------|----------|
| Прием пищи | Раздел | Блюдо | Выход,г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Обед | горячее блюдо | Щи с мясом и сметаной | 200 | | 109,74 | 6,0 | 6,28 | 7,12 |
| | хлеб | Хлеб пшеничный | 20 | | 48 | 1,4 | 0,14 | 8,8 |
| | сок | Сок фруктовый | 200 | | 78 | 0 | 0 | 19,6 |