

УТВЕРЖДАЮ

Директор



Л.И. Дехтина

Ежедневное меню 1-4 классы (7-11 лет)

Школа	Отд./корп	МБОУ «СОШ № 30»			День	01.12.2022		
Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	основное блюдо	Рыба запеченная с сыром	90		120,87	19,26	3,42	3,15
	гарнир	Картофель запеченный	150		122,85	3,15	4,5	17,55
	фрукты	Фрукты в ассортименте (виноград)	100		72	0,6	0,6	15,4
	хлеб	Хлеб пшеничный	30		72	2,13	0,21	13,26
	хлеб	Хлеб ржаной	20		36,26	1,14	0,22	7,44
	напиток	Напиток плодово-ягодный витаминизированный	200		76,8	0	0	19,2

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

Школа	Отд./корп	МБОУ «СОШ № 30»			День	01.12.2022		
Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	горячее блюдо	Суп с тыквой и гречками	200		82	2,32	2,28	13,15
	хлеб	Хлеб пшеничный	30		72	2,13	0,21	13,26
	напиток	Компот из сухофруктов	200		110	0,4	0	27