

УТВЕРЖДАЮ

Директор



И.И. Дехтина

## Ежедневное меню 1-4 классы (7-11 лет)

Школа	Отд./корп	МБОУ «СОШ № 30»			День	14.10.2022		
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	Ассорти из свежих овощей	60		11,4	0,57	0,36	1,92
	гарнир	Картофельное пюре с маслом	150		173,1	3,3	7,8	22,35
	хлеб	Хлеб пшеничный	35		82,25	2,66	0,28	17,22
	хлеб	Хлеб ржаной	20		36,26	1,14	0,22	7,44
	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	14.10.2022		
Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	горячее блюдо	Борщ с мясом и сметаной	200		127,8	6,2	7,2	9,2
	хлеб	Хлеб пшеничный	30		72	2,13	0,21	13,26
	горячий напиток	Чай с сахаром	200		44,8	10,2	0	11