

УТВЕРЖДАЮ

Директор



Л.П. Лехтина

Ежедневное меню 1-4 классы (7-11 лет)

Школа	Отд./корп	МБОУ «СОШ № 30»			День	21.10.2022		
Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	основное блюдо	Омлет натуральный	150		220,2	15,6	16,35	2,7
	фрукты	Слива	100		49	0,8	0,3	9,6
	закуска	Горячий бутерброд на батоне (помидор, сыр)	50		99,54	4,84	4,43	9,87
	хлеб	Хлеб ржаной	20		36,26	1,14	0,22	7,44
	горячий напиток	Чай с сахаром	200		78,6	0,4	0,6	17,8

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

Школа	Отд./корп	МБОУ «СОШ № 30»			День	21.10.2022		
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	30		72	2,13	0,21	13,26
	горячий напиток	Чай с сахаром	200		78,6	0,4	0,6	17,8