

УТВЕРЖДАЮ

Директор

И.И. Дехтина



Ежедневное меню 1-4 классы (7-11 лет)

Школа	Отд./корп	МБОУ «СОШ № 30»			День	06.02.2023		
Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	основное блюдо	Курица запеченная с соусом и зеленью	90		279,17	24,03	19,83	1,61
	гарнир	Рис отварной с маслом	150		186,45	3,3	4,95	32,25
	фрукты	Яблоко	150		69	0,06	0	16,95
	хлеб	Хлеб пшеничный	20		48	1,4	0,14	8,8
	хлеб	Хлеб ржаной	20		36,26	1,14	0,22	7,44
	напиток	Кисель витаминизированный плодово-ягодный	200		81,4	0	0	20,2

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

Школа	Отд./корп	МБОУ «СОШ № 30»			День	06.02.2023		
Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	горячее блюдо	Щи вегетарианские со сметаной	200		84,8	1,8	5,4	7,2
	хлеб	Хлеб пшеничный	20		48	1,4	0,14	8,8
	напиток	Компот из смеси фруктов и ягод	200		62	0,26	0	15,46