

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Ирина Лехтина



Ежедневное меню 1-4 классы (7-11 лет)

Школа	Отд./корп	МБОУ «СОШ № 30»			День	01.03.2023		
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	Яблоко	150		69	0,6	0	16,95
	закуска	Масло сливочное порциями	15		99,15	0,12	10,88	0,19
	хлеб	Батон пшеничный	35		91,7	2,63	1,01	17,43
	хлеб	Хлеб ржаной	30		59,40	1,98	0,36	12,06
	горячий напиток	Чай с сахаром и лимоном	200		45,6	0,2	0	11

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

Школа	Отд./корп	МБОУ «СОШ № 30»			День	01.03.2023		
Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	горячее блюдо	Борщ с мясом и сметаной	200		138,04	5,74	8,78	8,74
	хлеб	Хлеб пшеничный	30		72	2,13	0,21	13,26
	сок	Сок фруктовый	200		92	0	0	22,8