

УТВЕРЖДАЮ

Директор



И.И. Дехтина

Ежедневное меню 1-4 классы (7-11 лет)

Школа	Отд./корп	МБОУ «СОШ № 30»			День	11.01.2023		
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
	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	11.01.2023		
Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	горячее блюдо	Суп гороховый с мясом	200		138,04	5,74	8,78	8,74
	хлеб	Хлеб пшеничный	20		48	1,4	0,14	8,8
	напиток	Компот из сухофруктов	200		59,48	0,37	0	14,85