

УТВЕРЖДАЮ

Директор



Л.И. Демкина

Ежедневное меню 1-4 классы (7-11 лет)

Школа	Отд./корп	МБОУ «СОШ № 30»			День	31.01.2023		
Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	основное блюдо	Курица запеченная	90		229,77	2,41	15,3	0,54
	гарнир	Каша гречневая вязкая с маслом	150		134,25	4,35	3,9	20,4
	закуска	Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17		49,98	1,7	4,42	0,85
	хлеб	Хлеб пшеничный	20		48	1,4	0,14	8,8
	хлеб	Хлеб ржаной	25		45,32	1,42	0,27	9,3
	напиток	Напиток плодово-ягодный витаминизированный	200		76,8	0	0	19,2

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

Школа	Отд./корп	МБОУ «СОШ № 30»			День	31.01.2023		
Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	горячее блюдо	Суп рыбный с крупой (рыбные консервы)	200		147,8	5	8,6	12,6
	хлеб	Хлеб пшеничный	20		48	1,4	0,14	8,8
	напиток	Напиток плодово-ягодный витаминизированный	200		76,8	0	0	19,2