

СОГЛАСОВАНО

Начальник ЛДП при МБОУ СОШ №30

*Лар* Е.А. Ларионова

" 6 " июня 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ №30

*Суркова* И.В. Суркова

" 6 " июня 2024 г.

МЕНЮ

" 6 " июня 2024

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Кал-ть	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Завтрак (7-11 лет)</b>						
1	Суп молочный	200	236,78	8,4	6,28	22,62
2	Какао с молоком	200	144,26	4,12	3,24	25,26
3	Бутерброд с маслом	50	194,90	2,3	15,62	12,50
4	Хлеб ржаной	40	69,60	2,64	0,48	13,36
5	Яблоко свежее	150	70,5	0,60	0,60	14,70
<b>Завтрак (с 12 лет)</b>						
1	Суп молочный	250	295,97	10,50	7,85	28,28
2	Какао с молоком	200	144,26	4,12	3,24	25,26
3	Бутерброд с маслом	50	194,90	2,3	15,62	12,50
4	Хлеб ржаной	40	69,60	2,64	0,48	13,36
5	Яблоко свежее	150	70,5	0,60	0,60	14,70
<b>Обед (7-11 лет)</b>						
1	Салат из капусты	100	143,87	2,52	10,14	10,38
2	Борщ	200	92,70	1,92	5,18	9,44
3	Рис отварной	150	199,14	3,76	3,00	39,29
4	Котлета куриная	100	315,95	18,90	12,31	16,65
5	Ком-т апельс/яблоко	200	107,1	0,48	0,20	26,14
6	Хлеб ржаной	40	69,6	2,64	0,48	13,36
7	Хлеб пшеничный	50	117,5	3,80	0,40	24,60
<b>Обед (с 12 лет)</b>						
1	Салат из капусты	100	143,87	2,52	10,14	10,38
2	Борщ	250	115,87	2,40	6,47	11,80
3	Рис отварной	200	265,52	5,02	4,00	52,38
4	Котлета куриная	100	315,95	18,90	19,31	16,65
5	Ком-т апельс/яблоко	200	107,1	0,48	0,20	26,14
6	Хлеб ржаной	40	69,6	2,64	0,48	13,36
7	Хлеб пшеничный	50	117,5	3,80	0,40	24,60
<b>11 часов (все)</b>						
	Сок	200	90,66	6,66	0,00	22,46

Заведующий производством: Амосова С.А.