

СОГЛАСОВАНО

Начальник ЛДП при МБОУ СОШ №30

*Ларионова* Е.А. Ларионова

" 7 " июня 2024 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ №30

*Суркова* И.В. Суркова

" 7 " июня 2024 г.

**МЕНЮ**

" 7 " июня 2024

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Кал-ть	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Завтрак (7-11 лет)</b>						
1	Каша гречневая	200	199,40	6,7	5,74	30,30
2	Яйцо отварное	40	62,80	5,08	4,60	0,28
3	Батон	30	78,60	2,25	0,87	15,42
4	Хлеб ржаной	40	69,60	2,64	0,48	13,36
5	Кофейный нап-к	200	130,28	7,70	4,68	14,24
<b>Завтрак (с 12 лет)</b>						
1	Каша гречневая	250	249,25	8,37	7,17	37,87
2	Яйцо отварное	40	62,80	5,08	4,60	0,28
3	Батон	50	131,00	3,75	1,45	25,70
4	Хлеб ржаной	40	69,60	2,64	0,48	13,36
5	Кофейный нап-к	200	130,28	7,70	4,68	14,24
<b>Обед (7-11 лет)</b>						
1	Огурец свежий	60	8,4	0,48	0,06	1,50
2	Суп картоф. с рыбой	200	130,28	7,70	4,68	14,24
3	Запеканка карт. с мясом	230	329,13	16,88	13,73	34,45
4	Нап-к из шиповника	200	73,2	0,24	0,10	18,34
5	Хлеб ржаной	40	69,6	2,64	0,48	13,36
6	Хлеб пшеничный	50	117,5	3,80	0,40	24,60
<b>Обед (с 12 лет)</b>						
1	Огурец свежий	100	14	0,80	0,10	2,50
2	Суп картоф. с рыбой	250	162,85	9,62	5,85	17,80
3	Запеканка карт. с мясом	280	400,68	20,55	16,72	41,94
4	Нап-к из шиповника	200	73,2	0,24	0,10	18,34
5	Хлеб ржаной	40	69,6	2,64	0,48	13,36
6	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.

*Амосова*