

СОГЛАСОВАНО

Начальник ЛДП при МБОУ СОШ №30

Ларионова Е.А. Ларионова

"13" июня 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ №30

Суркова И.В. Суркова

"13" июня 2024 г.

МЕНЮ

"13" июня 2024

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Кал-ть	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (7-11 лет)						
1	Каша геркулесовая	200	213,38	6,82	7,30	30,16
2	Бутерброд с сыром	75	246,67	10,88	15,83	16,24
3	Хлеб ржаной	40	69,60	2,64	0,48	13,36
4	Кофейный нап-к	200	96,86	3,18	2,78	15,08
Завтрак (с 12 лет)						
1	Каша геркулесовая	250	266,73	8,53	9,13	37,70
2	Бутерброд с сыром	75	246,67	10,88	15,83	16,24
3	Хлеб ржаной	40	69,60	2,64	0,48	13,36
4	Кофейный нап-к	200	96,86	3,18	2,78	15,08
Обед (7-11 лет)						
1	Огурцы свежие	60	8,4	0,48	0,06	1,50
2	Суп с макаронами	200	73,12	1,98	1,36	13,22
3	Греча с овощами	150	258,09	7,95	6,87	41,04
4	Кура в томат. соусе	90	174,19	12,16	13,13	2,02
5	Хлеб ржаной	40	69,6	2,64	0,48	13,36
6	Хлеб пшеничный	50	117,5	3,80	0,40	24,60
7	Нап-к Витоша	200	0	0,00	0,00	0,00
Обед (с 12 лет)						
1	Огурцы свежие	100	14	0,80	0,10	2,50
2	Суп с макаронами	250	91,4	2,48	1,70	16,53
3	Греча с овощами	200	344,12	10,60	9,16	54,72
4	Кура в томат. соусе	100	193,54	13,51	14,59	2,25
5	Хлеб ржаной	40	69,6	2,64	0,48	13,36
6	Хлеб пшеничный	50	117,5	3,80	0,40	24,60
7	Нап-к Витоша	200	0	0,00	0	0,00
11 часов (все)						
	Сок	200	90,66	6,66	0,00	22,46

Заведующий производством: Амосова С.А. *Амосова*