

СОГЛАСОВАНО

Начальник ЛДП при МБОУ СОШ №30

Е.А. Ларионова Е.А. Ларионова

" 19 " июня 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ №30

И.В. Суркова И.В. Суркова

" 19 " июня 2024 г.

МЕНЮ

" 19 " июня 2024

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Кал-ть	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (7-11 лет)						
1	Запеканка творожная	150	312,83	24,89	15,30	19,52
2	Молоко сгущённое	30	98,40	2,16	2,55	16,65
3	Чай с лимоном	200	41,52	0,24	0,00	10,16
4	Хлеб пшеничный	50	117,50	3,8	0,40	24,60
5	Хлеб ржаной	30	52,2	1,98	0,36	10,02
Завтрак (с 12 лет)						
1	Запеканка творожная	200	417,10	33,18	20,40	26,02
2	Молоко сгущённое	50	164,00	3,6	4,25	27,75
3	Чай с лимоном	200	41,52	0,24	0,00	10,16
4	Хлеб пшеничный	50	117,50	3,8	0,40	24,60
5	Хлеб ржаной	30	52,2	1,98	0,36	10,02
Обед (7-11 лет)						
1	Помидор свежий	60	11,94	0,36	0,12	2,52
2	Суп горох. с гречками	200	151,64	5,64	4,56	21,92
3	Рагу овощное	150	96,78	2,36	3,32	14,15
4	Котлета мясная	90	170,6	14,58	9,49	6,72
5	Нап-к из шиповника	200	73,2	0,24	0,10	18,34
6	Хлеб ржаной	40	69,6	2,64	0,48	13,36
7	Хлеб пшеничный	50	117,5	3,80	0,40	24,60
Обед (с 12 лет)						
1	Помидор свежий	100	19,9	0,6	0,20	4,20
2	Суп горох. с гречками	250	189,55	7,05	5,70	27,40
3	Рагу овощное	200	129,04	3,14	4,42	18,86
4	Котлета мясная	100	189,55	16,2	10,54	7,47
5	Нап-к из шиповника	200	0,24	0,24	0,10	18,34
6	Хлеб ржаной	40	69,6	2,64	0,48	13,36
7	Хлеб пшеничный	50	117,5	3,80	0,40	24,60
11 часов (все)						
	Сок	200	90,66	6,66	0,00	22,46

Заведующий производством: Амосова С.А. *Амосов*