

СОГЛАСОВАНО

Начальник ЛДП при МБОУ СОШ №30

Е.А. Ларионова Е.А. Ларионова

" 21 " июня 2024 г.



И.В. Суркова

МЕНЮ

" 21 " июня 2024

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Кал-ть	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (7-11 лет)						
1	Каша манная	200	187,56	5,66	4,78	30,50
2	Батон	30	78,60	2,25	0,87	15,42
3	Хлеб ржаной	40	69,60	2,64	0,48	13,36
4	Чай с молоком	200	66,82	1,66	1,24	12,42
Завтрак (с 12 лет)						
1	Каша манная	200	187,56	5,66	4,78	30,50
2	Батон	50	131,00	3,75	1,45	25,70
3	Хлеб ржаной	40	69,60	2,64	0,48	13,36
4	Чай с молоком	200	66,82	1,66	1,24	12,42
Обед (7-11 лет)						
1	Салат из св. помидор	60	64,88	0,33	6,10	2,31
2	Суп с рисовой крупой	200	127,38	2,22	4,38	19,70
3	Пюре картофельное	150	141,48	3,30	4,11	20,72
4	Кнелли рыбные	90	114,74	15,54	4,21	3,56
5	Ком-т яблоки/изюм	200	71,94	0,16	0,04	18,66
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	Салат из св. помидор	100	108,14	0,55	10,17	3,85
2	Суп с рисовой крупой	250	159,22	2,78	5,48	24,63
3	Пюре картофельное	200	188,64	4,40	5,48	30,30
4	Кнелли рыбные	120	152,99	20,72	5,62	4,74
5	Ком-т яблоки/изюм	200	71,94	0,16	0,04	18,66
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.

Амосова С.А.