

СОГЛАСОВАНО

Начальник ЛДП при МБОУ СОШ №30

Е.А. Ларионова Е.А. Ларионова

29 " октября 2024 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ №30

И.В. Суркова И.В. Суркова

29 " октября 2024 г.

МЕНЮ

" 29 " октября 2024

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Кал-ть	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак (7-11 лет)						
1	Йогурт	125	133,75	3,50	3,13	23,13
2	Каша рисовая молочная	200	229,4	5,54	8,62	32,40
3	Сыр твердый порциями	5	17,78	1,30	1,33	0,18
4	Чай с лимоном	200	80	0,40	0,00	20,00
5	Батон нарезной	20	52,4	1,50	0,58	10,28
Завтрак (с 12 лет)						
1	Йогурт	125	133,75	3,50	3,13	23,13
2	Каша рисовая молочная	200	229,4	5,54	8,62	32,40
3	Сыр твердый порциями	20	71,12	5,20	5,30	0,70
4	Чай с лимоном	200	80	0,40	0,00	20,00
5	Батон нарезной	20	52,4	1,50	0,58	10,28
Обед (7-11 лет)						
1	Огурцы порционно	60	8,4	0,48	0,06	1,50
2	Рассольник домашний	250	106,25	2,07	5,20	14,80
3	Картофельное пюре	150	149,67	2,20	3,13	8,67
4	Кнели рыбные	100	164,6	13,37	10,13	15,28
5	Компот из сухофруктов	200	110	0,50	0,00	27,00
6	Хлеб ржаной	40	69,6	2,64	0,48	13,36
7	Хлеб пшеничный	40	94	1,52	0,32	19,68
Обед (с 12 лет)						
1	Огурцы порционно	100	14	0,80	0,10	2,50
2	Рассольник домашний	250	106,25	2,07	5,20	14,80
3	Картофельное пюре	180	179,6	2,63	3,75	10,40
4	Кнели рыбные	110	181,06	14,70	11,14	5,80
5	Компот из сухофруктов	200	110	0,50	0,00	27,00
6	Хлеб ржаной	40	69,6	2,64	0,48	13,36
7	Хлеб пшеничный	40	94	1,52	0,32	19,68
11 часов (все)						
1	Сок	200	90,66	6,66	0,00	22,46
2	Мандарин	130	49,4	1,04	0,26	9,75
3	Яблоко	150	105,75	0,90	0,90	22,05

Заведующий производством: Амосова С.А. *Амосов*