
СОГЛАСОВАНО

Начальник ЛДП при МБОУ СОШ №30

Е.А. Ларионова

" 2 " июня 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ №30

И.В. Суркова

" 2 " июня 2025 г.

МЕНЮ

2 июня 2025 год

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Кал-ть
7-11 лет ЗАВТРАК						
1	Бутерброд с сыром	60	4,10	3,25	10,63	88
2	Каша пшенная	200	8,97	10,87	41,17	317,1
3	Чай с молоком	200	1,50	1,30	15,90	81
4	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
от 12 и старше ЗАВТРАК						
1	Бутерброд с сыром	60	4,10	3,25	10,63	88
2	Каша пшенная	250	11,21	13,58	51,46	396,38
3	Чай с молоком	200	1,50	1,30	15,90	81
4	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
7-11 лет ОБЕД						
1	Щи из св. капусты	250	1,08	5,17	7,07	83,3
2	Гуляш мясной	90	13,83	7,11	2,37	129,35
3	Макаронные изделия	150	5,65	0,67	29,04	144,9
4	Хлеб пшеничный	40	1,52	0,32	19,68	94
5	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	13,36	34,8
6	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97
от 12 и старше ОБЕД						
1	Щи из св. капусты	250	1,08	5,17	7,07	83,3
2	Гуляш мясной	100	15,37	7,90	2,63	143,72
3	Макаронные изделия	180	6,78	0,80	34,85	173,88
4	Хлеб пшеничный	40	1,52	0,32	19,68	94
5	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	26,72	69,6
6	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97
11 часов 7-11 лет, от 12 и старше						
	Сок	200	0,00	0,00	22,40	90,00

Зав.производством Амосова С. А. *Амосов*