****

СОГЛАСОВАНО
Начальник ЛДП при МБОУ СОШ №30
_____ Е.А. Ларионова
"5 " июня 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ №30
_____ И.В. Суркова
"5 " июня 2025 г.

МЕНЮ

5 июня 2025 год						
№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Кал-ть
7-11 лет ЗАВТРАК						
1	Каша геркулесовая	250	10,60	9,39	39,36	321,85
2	Сыр твердый порциями	10	2,60	2,65	0,35	35,56
3	Хлеб пшеничный	20	0,78	0,16	0,84	47
4	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	13,36	34,8
5	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60
от 12 и старше ЗАВТРАК						
1	Каша геркулесовая	250	10,60	9,39	39,36	321,85
2	Сыр твердый порциями	20	5,20	5,30	0,70	71,12
3	Хлеб пшеничный	40	1,56	0,32	1,68	94
4	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	26,72	69,6
5	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60
7-11 лет ОБЕД						
1	Салат из свеклы	60	0,90	4,95	5,04	53,4
2	Суп картоф. С	200	4,57	3,01	17,54	115,92
3	Курица в соусе	100	20,60	25,30	2,55	320,35
4	Каша гречневая	150	8,25	3,71	37,04	215,81
5	Компот из ягод или	200	0,50	0,20	23,10	96
6	Хлеб пшеничный	20	0,78	0,16	0,84	47
7	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8
от 12 и старше ОБЕД						
1	Салат из свеклы	100	1,50	5,50	5,60	89
2	Суп картоф. С	250	5,71	3,76	21,93	115,92
3	Курица в соусе	100	20,60	25,30	2,55	320,35
4	Каша гречневая	180	9,90	4,45	44,44	258,97
5	Компот из ягод или	200	0,50	0,20	23,10	96
6	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94
7	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
	11 часов 7-11 лет, от 12 и старше					
	Сок	200	0,00	0,00	22,40	90,00

Зав.производством Амосова С. А.