
СОГЛАСОВАНО

Начальник ЛДП при МБОУ СОШ №30

Е.А. Ларионова

Е.А. Ларионова

" 6 " июня 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ №30

И.В. Суркова

И.В. Суркова

" 6 " июня 2025 г.

МЕНЮ

6 июня 2025 год

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Кал-ть
7-11 лет ЗАВТРАК						
1	Горошек зеленый	60	1,90	1,96	3,96	40,98
2	Омлет запеченный или	150	12,93	20,07	2,96	262,58
3	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8
4	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	3,46	244,62
5	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,8
6	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82
от 12 и старше ЗАВТРАК						
1	Горошек зеленый	100	3,17	3,27	6,60	68,3
2	Омлет запеченный или	180	15,52	24,08	3,55	315,1
3	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8
4	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	3,46	244,62
5	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,8
6	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82
7-11 лет ОБЕД						
1	Салат из свеклы	60	0,90	4,95	5,04	53,4
2	Суп-пюре из разных	200	2,48	3,60	10,42	85,13
3	Плов из мяса	180	13,10	13,39	35,20	313,71
4	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	34,8
5	Хлеб пшеничный	20	0,78	0,16	0,84	47
6	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	13,36	34,8
от 12 и старше ОБЕД						
1	Салат из свеклы	100	1,50	8,25	8,40	89
2	Суп-пюре из разных	250	3,10	4,50	13,03	106,41
3	Плов из мяса	240	17,47	17,85	46,93	418,28
4	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	34,8
5	Хлеб пшеничный	40	1,56	0,32	1,68	94
6	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	26,72	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.