
СОГЛАСОВАНО

Начальник ЛДП при МБОУ СОШ №30

Е.А. Ларионова Е.А. Ларионова

"9" июня 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ №30

И.В. Суркова И.В. Суркова

"9" июня 2025 г.

МЕНЮ

9 июня 2025 год						
№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Кал-ть
7-11 лет ЗАВТРАК						
1	Йогурт	115	6,61	4,23	11,24	115,06
2	Каша рисовая молочная	200	5,54	8,62	32,40	229,4
3	Чай с лимоном	200	0,40	0,00	20,00	80
4	Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,4
от 12 и старше ЗАВТРАК						
1	Йогурт	115	6,61	4,23	11,24	115,06
2	Каша рисовая молочная	250	9,43	18,23	40,50	349,25
3	Чай с лимоном	200	0,40	0,00	20,00	80
4	Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,4
7-11 лет ОБЕД						
1	Салат из капусты	60	2,52	10,14	10,38	143,87
2	Щи из св. капусты	200	0,86	4,10	5,65	66,64
3	Картофельное пюре	150	3,30	4,11	22,72	141,78
4	Котлеты из мяса кур	90	13,50	9,64	18,36	169,71
5	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97
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 капусты	100	4,20	16,90	17,30	239,78
2	Щи из св. капусты	250	1,08	5,13	7,06	83,3
3	Картофельное пюре	180	3,96	4,93	27,26	170,14
4	Котлеты из мяса кур	100	15,00	10,71	20,40	188,57
5	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97
6	Хлеб пшеничный	40	1,56	0,32	1,68	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.