
СОГЛАСОВАНО

Начальник ЛДП при МБОУ СОШ №30

Ларионова Е.А. Ларионова

" 18 " июня 2025 г.



И.В. Суркова

МЕНЮ

18 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 "Дружба "	230	7,13	11,04	31,05	252,08
3	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61
4	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	13,36	34,8
от 12 и старше ЗАВТРАК						
1	Бутерброды с сыром (1-	60	4,10	3,30	11,00	88
2	Каша "Дружба "	250	7,75	12,00	33,75	275
3	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61
4	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,8
7-11 лет ОБЕД						
1	Огурцы	60	0,48	0,06	1,50	8,4
2	Суп с крупой рисовой	200	1,64	4,18	12,46	94,22
3	Рагу из овощей	150	3,00	8,02	14,75	135
4	Котлеты мясные	90	16,52	15,75	12,87	257,31
5	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	27,00	110
6	Хлеб пшеничный	20	0,78	0,16	0,84	47
7	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	13,36	34,8
от 12 и старше ОБЕД						
1	Огурцы	100	0,80	0,10	2,50	14
2	Суп с крупой рисовой	250	2,05	5,23	15,58	117,78
3	Рагу из овощей	180	3,60	9,60	17,70	162
4	Котлеты мясные	100	13,38	11,94	17,74	286
5	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	27,00	110
6	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94
7	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6

Зав.производством Амосова С. А.

Амосов