
СОГЛАСОВАНО

Начальник ЛДП при МБОУ СОШ №30

Е.А. Ларионова

" 23 " июня 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ №30

И.В. Суркова

" 23 " июня 2025 г.

МЕНЮ

23 июня 2025 год

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Кал-ть
7-11 лет ЗАВТРАК						
1	Каша пшенная	200	8,97	10,87	41,17	317,1
2	Чай с молоком	200	1,50	1,30	15,90	81
3	Бутерброды с сыром	60	4,10	3,30	11,00	88
4	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
от 12 и старше ЗАВТРАК						
1	Каша пшенная	250	9,75	11,83	44,75	354,5
2	Чай с молоком	200	1,50	1,30	15,90	81
3	Бутерброды с сыром	60	4,10	3,30	11,00	88
4	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
7-11 лет ОБЕД						
1	Помидоры	60	0,66	0,12	2,28	14,4
2	Борщ со сметаной	200	1,29	4,13	9,52	80,56
3	Птица отварная	90	14,01	14,66	0,51	218,57
4	Макаронные изделия	150	5,65	0,67	29,04	144,9
5	Хлеб пшеничный	20	0,78	0,16	0,84	47
6	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8
7	Кисель	200	1,40	0,00	29,00	122
от 12 и старше ОБЕД						
1	Помидоры	100	1,10	0,20	3,80	24
2	Борщ со сметаной	250	1,65	5,17	11,90	100,7
3	Птица отварная	100	12,47	16,29	0,58	131,76
4	Макаронные изделия	180	6,44	4,36	1,33	240,17
5	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94
6	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
7	Кисель	200	1,40	0,00	29,00	122

Зав.производством Амосова С.А.

Амосов