

СОГЛАСОВАНО
Начальник ЛДП при МБОУ СОШ № 30
_____ Е.А. Ларионова
" 22 " марта 2026 г.

[illegible]

УТВЕРЖДАЮ
МБОУ СОШ № 30
И.В. Суркова
22 " марта 2026 г.

22 марта 2026 год

22 марта 2026 год							
ЗАВТРАК	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры
	Каша пшеничная молочная	200	7,80	9,46	35,80	283,6	267
	Чай с молоком	200	1,50	1,30	15,90	81	10\12
	Бутерброды с сыром (1-й вариант)	60	4,10	3,30	11,00	88	1118
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	109
	ИТОГО за приём пищи	500	16,04	14,54	76,06	522,2	
ОБЕД	Салат из свежих помидор с растительным маслом	60	0,33	6,10	2,31	64,88	15/1
	Борщ со сметаной	250	1,65	5,17	11,90	100,7	128
	Птица отварная	90	11,22	14,66	0,52	118,58	404
	Макаронаты отварные с овощами	150	2,65	0,67	19,04	144,9	291
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	7,80	47	108
	Хлеб ржаной	20	1,98	0,36	10,02	52,2	109
	Кисель	200	1,40	0,00	29,00	122	617
	ИТОГО за приём пищи	790	20,75	27,12	80,59	650,26	
ИТОГО за день		1290	36,79	41,66	156,65	1172,46	

Зав.производством Амосова С. А.

A handwritten signature in blue ink, appearing to be "H".