

Утвердил
 Директор МАОУ СОШ №30
 им М.Л.Попович
 Ю.Н. Богинский
 11 марта 2024 г.



МЕНЮ

на 12.03.2024 г

Пищевая ценность		Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, кКал
		Б	Ж	У	
Завтрак					
<i>1-4 классы</i>					
Омлет натуральный	180	15,5	24,09	4,15	293,53
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94
Хлеб ржаной	20	1,3	0,24	6,68	34,8
Чай с лимоном	200	0,1	0	15,2	61
Йогурт 2,5 % мдж	150	9,00	6,00	15,00	157,00
<i>5-11 классы</i>					
Омлет натуральный	180	15,5	24,09	4,15	293,53
Чай с лимоном	200	0,1	0,1	15	60
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Хлеб ржаной	10	0,65	0,12	3,34	17,4
Яблоки св	120	1,00	1,00	15,00	71,00
<i>сотрудники</i>					
Омлет натуральный	180,00	15,5	24,09	4,15	293,53
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Чай с лимоном	200	0,1	0	15,2	61
<i>обед</i>					
Щи из свежей капусты	200	1,28	3,84	4,98	60,6
Мясо духовое (с картофелем и овощами)	180	14,64	14,8	41,49	237,95
Хлеб ржаной	28	1,9	0,4	9,3	48,7
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94
Сок натуральный яблочный	200	1	0,2	92	94
Салат из моркови и яблок	60	0,66	6,06	5,46	79,2

Руководитель структурного подразделения