

Утвердил
 Директор МАОУ СОШ №30
 им М.Л.Половина
 Ю.Н. Богинский



МЕНЮ

на 13.03.2024 г

Пищевая ценность		Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, кКал
		Б	Ж	У	
Завтрак					
<i>1-4 классы</i>					
Шницель мясной рубленый	90	16,02	15,8	12,87	257,4
Соус молочный с морковью	50	1,17	4	4,33	58,05
Каша пшеничная вязкая	150	6,4	8,9	28,53	220,33
Какао с молоком	200	3,2	2,7	15,9	79
Хлеб ржаной	20	1,30	0,24	6,68	34,80
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94
<i>5-11 классы</i>					
Шницель мясной рубленый	90	16,02	15,8	12,87	257,4
Соус молочный с морковью	50	1,17	4	4,33	58,05
Каша пшеничная вязкая	150	6,4	8,9	28,53	220,33
Какао с молоком	200	3,20	2,70	15,90	79,00
Хлеб ржаной	10	0,65	0,12	3,34	17,40
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47,0
<i>сотрудники</i>					
Шницель мясной рубленый	90,00	16,3	16,2	38,11	365,8
Каша пшеничная вязкая	150	0,1	0,1	15	60
Какао с молоком	200	2,66	0,28	27,22	82,25
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47,0
<i>обед</i>					
Суп с крупой рисовой	200	1,28	4,06	13,64	96,2
Рыба запеченная (горбуша)	90	14,53	7,8	46,88	278
Капуста тушеная	150	5,5	5,4	5,85	94,5
Хлеб ржаной	28	1,9	0,4	9,3	48,7
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,39	24,58	117,5
Сок натуральный яблочный	200	0,9	0,18	18,18	82,8

Руководитель структурного подразделения