

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



**МЕНЮ**  
 на 14.03.2024 г

Пищевая ценность		Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, кКал
		Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>					
<i>1-4 классы</i>					
Макароны с сыром	150	6,7	5,2	28,53	188,78
Соус молочный с морковью	50	1,17	4	4,33	58,05
Кисель из сока яблочного	200	0,2	0,12	39	158
Хлеб ржаной	20	1,3	0,24	6,68	34,8
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Молоко 3,2% мдж	200	5,8	5	9,6	106
Яблоко	155	1,55	0,3	12,55	64,33
<i>5-11 классы</i>					
Макароны с сыром	170	7,59	5,89	32,33	213,95
Соус молочный с морковью	50	1,17	4	4,33	58,05
Кисель из сухофруктов	200	0,2	0,12	39	158
Хлеб ржаной	10	0,65	0,12	3,34	17,4
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
<i>сотрудники</i>					
Макароны с сыром	170,00	16,3	16,2	38,11	365,8
Кисель из сухофруктов	200	0,2	0,12	39	60
Соус молочный с морковью	50	1,2	4,0	4,3	58,1
Хлеб пшеничный	20,00	1,52	0,16	9,84	47
<i>обед</i>					
Суп картофельный с горохом	200	1,84	3,4	12,1	87,4
Печень запеченая	75	12,15	8,28	37,74	143,1
Картофельное пюре	150	3,15	6,6	16,35	138
Напиток из шиповника	200	0,5	0	27	110
Хлеб ржаной	30	1,9	0,4	9,3	48,7
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,39	24,58	117,5
Салат из кваш капусты	60	0,86	2,5	4,23	42,84
Йогурт 2,5% мдж	185	5,22	4,5	7,2	90

Руководитель структурного подразделения