

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



МЕНЮ

на 21.03.2024 г

Пищевая ценность		Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, кКал
		Б	Ж	У	
Завтрак					
<i>1-4 классы</i>					
Плов из птицы	240	17,52	17,41	41,5	393,19
Хлеб ржаной	20	1,3	0,24	6,68	34,8
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94
Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60
Йогурт 2,5 %	180	9,00	5,76	7,20	156,60
<i>5-11 классы</i>					
Плов из птицы	240	17,52	17,41	41,5	393,19
Хлеб ржаной	10	0,65	0,12	3,34	17,4
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60
<i>сотрудники</i>					
Плов из птицы	240,00	17,52	17,41	41,5	393,19
Чай с сахаром	200	0,1	0,1	15	60
Хлеб пшеничный	20	0,05	0	7,5	30
<i>обед</i>					
Капуста квашеная	50	1,2	2,2	5,1	73,2
Суп с бобовыми	200	1,84	3,4	12,1	87,4
Шницель мясной рубленый	90	16,02	15,75	12,87	257,4
Рагу из овощей	150	2,85	6,75	25,9	236,5
Хлеб ржаной	28	1,9	0,4	9,3	48,7
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,39	24,58	117,5
Кисломолочный напиток ряженка	180	9	5,76	7,2	156,6
Сок яблочный	200	1	0,2	20,2	92

Руководитель структурного подразделения