

Утвердил  
 ио Директора МАОУ СОШ №30  
 им М.Л.Попович  
 М.А. Головахина  
 9 апреля 2024 г.



## МЕНЮ

на 10.04.24 г

Пищевая ценность		Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, кКал	
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
<i>1-4 классы</i>						
	Говядина в кисло-сладком соусе	90	12,0	22,0	14,0	214,0
	Каша гречневая вязкая	150	5,0	5,0	21,0	146,0
	Хлеб ржаной	20	1,0	0,0	7,0	35,0
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,0	20,0	94,0
	Сок фруктовый яблочный	200	1,0	0,0	2,0	92,0
<i>5-11 классы</i>						
	Говядина в кисло-сладком соусе	105	11,6	22,2	13,8	214,1
	Каша гречневая вязкая	150	4,6	5,0	20,5	145,5
	Хлеб ржаной	10	0,5	0,0	3,5	17,5
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,0	10,0	47,0
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	27,0	110,0
<i>сотрудники</i>						
	Говядина в кисло-сладком соусе	105,00	11,6	22,23	13,77	214,1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Каша гречневая вязкая	150	4,60	5,00	20,50	145,5
	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	27,00	110,00
<i>обед</i>						
	Щи из свежей капусты	200	1,28	3,84	4,98	60,6
	Птица отварная с соусом томатным	120	17,04	13,26	3,87	202,8
	Макаронные изделия отварные с овощами припущенными	150	3	7,8	23,03	174
	Хлеб ржаной	30	1,9	0,4	9,3	48,7
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,39	24,58	117,5
	Молоко с трубочкой	200	5,8	5	9,6	106
	Горошек зеленый	60	1,2	2,2	5,1	73,2

Руководитель структурного подразделения