



Директор МАОУ Средняя школа №30

Утверждаю

Калига Е.Н.



"23" мая 2024г.

## Меню школьника

завтрак	для 1-4 классов			для 5-11 классов		
	выход(г)	цена руб.	ккал	выход(г)	цена (руб)	ккал
Хлеб с маслом сливочным и сыром	1/65	28,64	214,7	1/65	28,64	214,7
Яйцо вареное	1/40	9	62,8	1/40	9	62,8
Каша вязкая молочная пшеничная с ягодами	1/220	28,87	251,44	1/220	28,87	251,44
Чай с сахаром и лимоном	1/200	3,81	47,79	1/200	3,81	47,79
Яблоко	1/100	20	47	1/100	20	47
итого завтрак		<b>90,32</b>	<b>623,73</b>		<b>90,32</b>	<b>623,73</b>

обед	для 1-4 классов			для 5-11 классов		
	выход(г)	цена руб.	ккал	выход(г)	цена (руб)	ккал
Сельдь с картофелем	1/60	9,41	101,9	1/100	15,65	169,83
Борщ с капуст. с курицей со сметаной	200/10/15	31,19	147,9	250/10/15	32,64	172,81
Гуляш из говядины	1/90	54,87	169,24	1/100	63,96	193,82
Каша гречневая рассыпчатая	1/150	6,25	195,84	1/180	7,22	230,17
Компот из с/фруктов	1/200	5,01	86,9	1/200	5,01	86,9
Хлеб пшеничный	1/20	2,64	47	1/31	4,18	70,05
Хлеб ржано-пшеничный	1/50	5,5	99	1/59	6,51	118,8
Груша	1/100	20	47	1/100	20	47
		<b>134,87</b>	<b>894,8</b>		<b>155,17</b>	<b>1089,38</b>

полдник	для 1-4 классов			для 5-11 классов		
	выход(г)	цена руб.	ккал	выход(г)	цена (руб)	ккал
Слойка с йогуртом	1./ 60	36	281,94	1./ 60	36	281,94
Ряженка	1/200	61,02	102	1/200	61,02	102
Апельсин	1/150	30	64,5	1/150	30	64,5
итого полдник		<b>127,02</b>	<b>448,44</b>		<b>127,02</b>	<b>448,44</b>

Итого за день	для 1-4 классов		для 5-11 классов	
	цена руб.	ккал	цена руб.	ккал
	1967,0		2161,55	



Калькулятор Белобородова Н.Н.  
Зав.производством Милокостова О.В.

## приятного аппетита