

СОГЛАСОВАНО

Директор школы № 30  
Ф.И.О.



6 ДЕНЬ  
МЕНЮ (Льготное)

3 июня 2024 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2024 год
40	<b>Бутерброд с маслом</b> Батон пшеничный, Масло сливочное Б - 2,45 г, Ж- 7,65 г, У - 14,62 г, ЭЦ - 136 ккал
250	<b>Каша пшеничная молочная</b> Пшеничная крупа, Молоко, Масло сливочное Б - 7,2 г, Ж - 8,3 г, У - 33,4 г, ЭЦ - 299 ккал
200	<b>Чай с сахаром</b> Чай черный весовой, Сахар-песок Б - 0,4 г, Ж - 0,1 г, У - 7,2 г, ЭЦ - 20 ккал
150	<b>Апельсин свежий</b> Б - 1,4 г, Ж - 0,30 г, У - 12,2 г, ЭЦ - 65 ккал
60	<b>Пряник</b> Б - 3,6 г, Ж - 1,8 г, У - 46,8 г, ЭЦ - 201,6 ккал

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2024 год
100	<b>Салат из свежих помидоров</b> Помидоры свежие, Лук репчатый, Масло растительное, Соль Б - 1,0 г, Ж - 10,20 г, У - 4,9 г, ЭЦ - 108 ккал
250/10	<b>Суп с макаронными изделиями, картофелем и говядиной</b> Макаронные изделия, Картофель св., Лук реп, Морковь свежая, Томат паста, Масло слив, Говядина б/к, с/м, соль г. Ж - 4,4 г, У - 19,0 г, ЭЦ - 149,7 ккал Б - 8,8
100/20	<b>Филе рыбы припущенное, соус польский</b> Минтай Филе, Яйца, Масло сливочное, Зелень петрушки, Лимонная кислота, соль Б - 19,52 г, Ж - 19,02 г, У - 27,6 г, ЭЦ - 359,4 ккал
180	<b>Картофель отварной</b> Картофель св., Масло сливочное, Соль Б - 3,45 г, Ж - 6,36 г, У - 24,36 г, ЭЦ - 168,4 ккал
200	<b>Компот из свежих яблок</b> Яблоки свежие, Сахар-песок, лимонная кислота Б - 0,2 г, Ж - 0,2 г, У - 20,1 г, ЭЦ - 67,8 ккал
60	<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами</b> Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 136 ккал
50	<b>Батон обогащенный микроэлементами</b> Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал

Выход, г	Полдник обучающихся в 5-11 классах на 2024 год
75	<b>Булочка "Домашняя"</b> Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль Б - 5,4 г, Ж - 8,1 г, У - 37,4 г, ЭЦ - 225,5 ккал
200	<b>Молоко в инд.упаковке</b> Б - 5,6 г, Ж - 5,0 г, У - 9,4 г, ЭЦ - 106 ккал
150	<b>Яблоко свежее</b> Б - 0,82 г, Ж - 0,62 г, У - 15,2 г, ЭЦ - 70,20 ккал

Главный технолог

Зав. производством