



Утверждаю
Директор МАОУ Средняя школа №30
Калига Е.Н.

"07" мая 2025г.

Меню школьника

завтрак	для 1-4 классов			для 5-11 классов		
	выход	цена	ккал	выход	цена	ккал
наименование блюд						
Хлеб пшеничн, масло сливочное, сыр	1/65	40,29	142,3	1/65	40,29	142,3
Яйцо отварное	1/40	17	75,19	1/40	17	75,19
Хлопья кукурузные с молоком	1/200	36,42	160,02	1/200	36,42	160,02
Чай с сахаром и лимоном	1/200	3,48	47,79	1/200	3,48	47,79
Апельсин	1/150	25,3	64,5	1/150	25,3	64,5
итого завтрак		122,49	489,8		122,49	489,8

обед	для 1-4 классов			для 5-11 классов		
	выход	цена	ккал	выход	цена	ккал
наименование блюд						
Икра кабачковая	1/85	19,5	53,07	1/100	22,5	53,7
Суп крестьянский с рисом с говяд со сметан	1/220	27,25	142,0	1/270	29,04	164,65
Куриное филе в сырном соусе	1/90	75,32	186,71	1/100	82,55	207,46
Макароны отварные	1/150	20,23	179,14	1/180	22,66	243,46
Напиток из шиповника	1/200	9,16	89,33	1/200	9,16	89,33
Хлеб пшеничный	1/20	2,5	47	1/27	3,44	70,5
Хлеб ржано-пшеничный	1/50	5,5	99	1/60	6,6	118,8
Яблоко	1/100	13,91	47	1/100	13,91	47
		173,37	843,2		189,86	994,9

полдник	для 1-4 классов			для 5-11 классов		
	выход	цена	ккал	выход	цена	ккал
наименование блюд						
Пита с сыром	1/75	61,5	406	1/75	61,5	406
Сок фруктовый	1/200	26	92	1/200	26	92
Банан	1/150	20,48	96	1/150	20,48	96
итого полдник		107,98	594,0		107,98	594,0

Итого за день	для 1-4 классов		для 5-11 классов	
	1927,0	ккал	2078,696	ккал



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

приятного аппетита