



Директор



Утверждаю

МАОУ Средняя школа №30

Калига Е.Н

"22" мая 2025г.

Меню школьника

завтрак	для 1-4 классов			для 5-11 классов		
	выход	цена	ккал	выход	цена	ккал
наименование блюд						
Хлеб пшеничный с маслом и сыром	1/65	40	214,7	1/65	40	214,7
Каша молоч из овсяных хлопьев с ягодой	1/220	32,18	276,34	1/220	32,18	276,34
Яйцо вареное	1/40	17	62,8	1/40	17	62,8
Чай с лимоном	1/200	3,47	47,79	1/200	3,47	47,79
Яблоко	1/100	13,96	47	1/100	13,96	47
итого завтрак		106,61	648,63		106,61	648,63

обед	для 1-4 классов			для 5-11 классов		
	выход	цена	ккал	выход	цена	ккал
наименование блюд						
Винегрет с сельдью	1/60	19,78	88,66	1/100	30,68	147,77
Суп из овощей с курицей и сметаной	1/225	33,47	123,9	1/275	37,86	142,83
Бефстроганов из говядины	1/90	67,33	204,01	1/100	81,57	247,12
Каша гречневая рассыпчатая	1/150	12,52	195,84	1/185	13,52	224,01
Компот из с/фруктов	1/200	9,32	86,9	1/200	9,32	86,9
Хлеб пшеничный	1/20	2,5	47	1/27	3,29	70,5
Хлеб ржано-пшеничный	1/50	5,5	99	1/60	6,6	118,8
Апельсин	1/150	25,26	64,5	1/150	25,26	84,5
		175,68	909,9		208,1	1122,43

полдник	для 1-4 классов			для 5-11 классов		
	выход	цена	ккал	выход	61,5	ккал
наименование блюд						
Блинчик с молоком сгущенным	1/100	40	281,94	1/100	40	281,94
Ряженка	1/200	65,1	102	1/200	65,1	102
Банан	1/150	20,09	96	1/150	20,09	96
итого полдник		125,19	479,94		125,19	479,94

	для 1-4 классов		для 5-11 классов	
Итого за день	2038,4	ккал	2251	ккал



Калькулятор

Белобородова Н.Н.

Зав.производством

Милокостова О.В.

приятного аппетита