

Согласовано:  
Директор школы №30

Войтюль Н.Л.

Утверждаю:

Директор ООО "КП "Кулинар"

Бенда Л.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

школа № 30 МЕНЮ на 12 Марта 2026 г.

Наименование	Цена руб.коп.	Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. цен-ть, кКал.
<i>Завтрак 1-4 кл</i>						
Масло сливочное	15-56	19	0.10	13.78	0.15	125
Каша молочная пшениная с маслом	23-23	245/10	13.48	13.62	32.99	340
Чай охлажденный с плодовым соком	5-82	200	0.34	0.02	22.53	95
Хлеб пшеничный	4-39	50	3.95	0.50	24.00	117
<b>Итого</b>	<b>49-00</b>		<b>17.87</b>	<b>27.92</b>	<b>79.67</b>	<b>677</b>
<i>Завтрак 5-11 кл</i>						
Масло сливочное	16-38	20	0.10	14.50	0.16	132
Каша молочная пшениная с маслом	29-54	285/15	15.69	15.85	38.37	396
Чай охлажденный с плодовым соком	5-82	200	0.34	0.02	22.53	95
Хлеб пшеничный	5-27	60	4.74	0.60	28.80	140
Конфета УМИ	3-99	10		0.01	7.50	30
<b>Итого</b>	<b>61-00</b>		<b>20.87</b>	<b>30.98</b>	<b>97.36</b>	<b>793</b>
<i>Обед 1-4 кл</i>						
Винегрет овощной (карт отв,свек отв,морк отв,огур сол, мас р.)	8-10	60	0.84	6.06	4.08	74
Суп картофельный с рыбой	27-24	25/250	2.00	4.90	14.30	110
Гуляш	47-83	54/50	11.49	30.45	3.12	334
Рис отварной	11-46	150	3.60	6.00	36.70	228
Компот из свежих плодов	11-44	200	0.20	0.16	27.88	115
Хлеб ржаной	3-93	60/2 кус	2.82	0.60	24.60	126
<b>Итого</b>	<b>110-00</b>		<b>20.95</b>	<b>48.17</b>	<b>110.68</b>	<b>987</b>
<i>Обед 5-11 кл</i>						
Винегрет овощной (карт отв,свек отв,морк отв,огур сол, мас р.)	13-50	100	1.40	10.10	6.80	124
Суп картофельный с рыбой	27-24	25/250	2.00	4.90	14.30	110
Гуляш	50-63	57/55	12.13	32.14	3.29	352
Рис отварной	15-26	200	4.80	8.00	49.00	304
Компот из свежих плодов	11-44	200	0.20	0.16	27.88	115
Хлеб ржаной	3-93	60/2 кус	2.82	0.60	24.60	126
<b>Итого</b>	<b>122-00</b>		<b>23.35</b>	<b>55.90</b>	<b>125.87</b>	<b>1131</b>
<i>Полдник (14-00)</i>						
Пряник	15-40	33	1.65	1.32	24.42	122
Напиток апельсиновый	5-61	200	0.20	0.04	25.73	100
Яблоки свежие	28-99	143	0.43		12.30	57
<b>Итого</b>	<b>50-00</b>		<b>2.28</b>	<b>1.36</b>	<b>62.45</b>	<b>279</b>

Зав производством

Донская Т.Н.

Экономист по ценам

Некрасова И.Б.