

Согласовано:

Директор школы №30

Войтюль Н.Л.

Утверждаю:

Директор ООО "КП "Кулинар"

Бенда Л.М.



Для ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

школа № 30 МЕНЮ на 17 Марта 2026 г.

Наименование	Цена руб.коп.	Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. цен-ть, кКал.
<i>Завтрак 1-4 кл</i>						
Сыр порциями	14-06	16	3.68	6.24		58
Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом	24-29	245/10	13.72	14.69	31.56	320
Чай с лимоном	6-26	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб пшеничный	4-39	50	3.95	0.50	24.00	117
Итого	49-00		21.61	21.49	70.78	554
<i>Завтрак 5-11 кл</i>						
Сыр порциями	22-85	26	5.98	10.14		94
Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом	27-00	285/10	15.96	17.09	36.71	373
Чай с лимоном	5-88	200/6	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб пшеничный	5-27	60	4.74	0.60	28.80	140
Итого	61-00		26.94	27.89	80.73	666
<i>Обед 1-4 кл</i>						
Огурцы свежие порциями	14-71	60	0.50	0.06	1.14	7
Борщ с капустой и картофелем со сметаной с мясом	42-13	17,5/250/5	5.42	6.30	16.40	154
Биточки с геркулесом с соусом	35-52	65/35	10.30	20.40	9.30	262
Каша гречневая рассыпчатая	8-73	150	8.76	6.62	30.10	271
Компот из смеси сухофруктов	4-98	200	0.44		28.88	116
Хлеб ржаной	3-93	60/2 кус	2.82	0.60	24.60	126
Итого	110-00		28.24	33.98	110.42	936
<i>Обед 5-11 кл</i>						
Огурцы свежие порциями	24-97	100	0.83	0.10	1.90	12
Борщ с капустой и картофелем со сметаной с мясом	42-13	17,5/250/5	5.42	6.30	16.40	154
Биточки с геркулесом с соусом	35-52	65/35	10.30	20.40	9.30	262
Каша гречневая рассыпчатая	10-47	180	8.55	6.39	25.65	264
Компот из смеси сухофруктов	4-98	200	0.44		28.88	116
Хлеб ржаной	3-93	60/2 кус	2.82	0.60	24.60	126
Итого	122-00		28.36	33.79	106.73	934
<i>Полдник (14-00)</i>						
Запеканка из творога со сгущенным молоком	46-77	85/15	16.15	11.52	14.64	281
Чай с сахаром	3-23	200	0.20	0.05	15.01	57
Итого	50-00		16.35	11.57	29.65	338

Зав производством

Донская Т.Н.

Экономист по ценам

Некрасова И.Б.