

Согласовано:
Директор школы №30

Войтюль Н.Л.

Утверждаю:
Директор ООО "Кулинар-плюс"

Бенда Л.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА
школа № 30 МЕНЮ на 07 Октября 2026 г.

Наименование	Цена руб.коп.	Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. цен-ть, кКал.
Завтрак 1-4 кл						
Масло сливочное	16-80	20	0.10	14.50	0.16	132
Каша молочная пшенная с маслом	23-95	245/10	9.20	14.36	33.14	349
Чай с сахаром	3-42	200	0.20	0.05	15.01	57
Хлеб пшеничный	4-83	50	3.95	0.50	24.00	117
Итого	49-00		13.45	29.41	72.31	655
Завтрак 5-11 кл						
Масло сливочное	16-80	20	0.10	14.50	0.16	132
Каша молочная пшенная с маслом	34-98	285/19	15.69	15.85	38.37	396
Чай с сахаром	3-42	200	0.20	0.05	15.01	57
Хлеб пшеничный	5-80	60	4.74	0.60	28.80	140
Итого	61-00		20.73	31.00	82.34	725
Обед 1-4 кл						
Винегрет овощной	7-70	60	0.84	6.06	4.08	74
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной с мясом	34-62	14,5/250/5	5.90	5.00	10.00	126
Каштаны рыбные (минтай) с соусом	40-68	70/50	9.37	9.37	15.83	182
Картофельное пюре	14-62	150	3.22	5.56	22.00	155
Компот из свежих плодов	8-06	200	0.20	0.16	27.88	115
Хлеб ржаной	4-32	60/2 кус	2.82	0.60	24.60	126
Итого	110-00		22.35	26.75	104.39	778
Обед 5-11 кл						
Винегрет овощной	12-83	100	1.40	10.10	6.80	124
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной с мясом	36-05	15,5/250/5	5.90	5.00	10.00	126
Каштаны рыбные (минтай) с соусом	43-20	75/50	10.04	10.04	16.96	195
Картофельное пюре	17-54	180	3.48	6.01	23.77	177
Компот из свежих плодов	8-06	200	0.20	0.16	27.88	115
Хлеб ржаной	4-32	60/2 кус	2.82	0.60	24.60	126
Итого	122-00		23.84	31.91	110.01	863
Полдник (14-00)						
Слойка сахарная 60гр	21-40	1 шт	4.32	11.34	33.42	254
Компот из смеси сухофруктов	6-76	200	0.44		28.88	124
Яблоки свежие	21-84	175	0.53		15.05	70
Итого	50-00		5.29	11.34	77.35	448

Зав производством

Донская Т.Н.

Экономист по ценам

Некрасова И.Б.