

Согласовано:
Директор школы №30

Войткевич Н.Л.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

школа № 30 МЕНЮ на 12 Октября 2026 г.



Наименование	Цена руб.коп.	Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. цен-ть, кКал.
Завтрак 1-4 кл						
Сыр порциями	14-94	17	3.91	6.63		61
Каша молочная пшеничная с маслом	23-22	245/10	10.58	14.21	54.29	382
Чай охлажденный с плодовым соком	6-01	200	0.34	0.02	22.53	95
Хлеб пшеничный	4-83	50	4.38	0.63	26.56	117
Итого	49-00		19.21	21.49	103.38	655
Завтрак 5-11 кл						
Сыр порциями	19-34	22	5.06	8.58		79
Каша молочная пшеничная с маслом	29-85	285/15	12.31	13.69	63.04	426
Чай охлажденный с плодовым соком	6-01	200	0.34	0.02	22.53	95
Хлеб пшеничный	5-80	60	4.74	0.60	28.80	140
Итого	61-00		22.45	22.89	114.37	740
Обед 1-4 кл						
Огурцы свежие порциями	6-46	60	0.50	0.06	1.14	7
Суп картофельный с горохом с мясом птицы	21-34	13/200	5.38	7.76	8.32	130
Птица тушеная в соусе	63-04	50/50	12.05	19.80	2.25	185
Макаронные изделия отварные	7-97	150	5.32	4.89	29.00	211
Напиток апельсиновый	6-87	200	0.20	0.04	25.73	100
Хлеб ржаной	4-32	60/2 кус	2.82	0.60	24.60	126
Итого	110-00		26.27	33.15	91.04	759
Обед 5-11 кл						
Огурцы свежие порциями	10-76	100	0.83	0.10	1.90	12
Суп картофельный с горохом с мясом птицы	21-14	11/250	6.73	9.70	10.40	163
Птица тушеная в соусе	69-34	55/55	13.26	21.78	2.48	204
Макаронные изделия отварные	9-57	180	6.30	7.38	42.30	265
Напиток апельсиновый	6-87	200	0.20	0.04	25.73	100
Хлеб ржаной	4-32	60/2 кус	2.82	0.60	24.60	126
Итого	122-00		30.14	39.80	107.41	870
Полдник (14-00)						
Булочка домашняя	12-36	70	5.25	9.24	42.63	276
Сок фруктовый 200гр	25-20	200	1.40	0.20	26.40	120
Яблоки свежие	12-44	100	0.30		8.60	40
Итого	50-00		6.95	9.44	77.63	436

Зав производством

Донская Т.Н.

Экономист по ценам

Некрасова И.Б.