



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ ООШ №27

Л.С. Иващенко

МЕНЮ
На «19» сентября 2023 года
7 День

| Возрастная категория от 7 до 11 лет | | | | | | |
|-------------------------------------|----------|-------|-------|----------|--------------------------------|------------|
| Завтрак | | | | | | |
| Наименование блюда | Выход, г | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал. | Цена, руб. |
| Салат из квашеной капусты | 60 | 1,02 | 3 | 5,07 | 51,52 | 10,66 |
| Каша гречневая | 150 | 4,58 | 5 | 20,52 | 145,5 | 11,92 |
| Гуляш из говядины | 100 | 14,6 | 16,79 | 2,89 | 221 | 84,4 |
| Сок фруктовый | 200 | 1 | 0 | 20,2 | 84,8 | 11,34 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 1,92 | 0,24 | 14,76 | 68,88 | 3,3 |
| ИТОГО | 540 | 23,1 | 25,03 | 63,44 | 571,7 | 121,62 |

| Возрастная категория от 12 лет | | | | | | |
|--------------------------------|----------|-------|-------|----------|--------------------------------|------------|
| Завтрак | | | | | | |
| Наименование блюда | Выход, г | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал. | Цена, руб. |
| Салат из квашеной капусты | 60 | 1,02 | 3 | 5,07 | 51,42 | 10,66 |
| Каша гречневая | 180 | 5,5 | 6 | 24,62 | 174,6 | 14,3 |
| Гуляш (60/60) | 120 | 17,5 | 20,15 | 3,47 | 265,2 | 101,2 |
| Сок фруктовый | 200 | 1 | 0 | 20,2 | 84,8 | 11,34 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 1,92 | 0,24 | 14,76 | 68,88 | 3,3 |
| Хлеб ржаной | 25 | 1,38 | 0,25 | 11,77 | 54,85 | 2,91 |
| ИТОГО | 615 | 28,3 | 29,64 | 79,89 | 699,75 | 143,71 |

Ответственный по питанию

Образцов В.А.