



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ ООШ №27

Л.С. Иващенко

МЕНЮ
На «3» октября 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.