



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ ООШ №27

Л.С. Иващенко

**МЕНЮ**  
На «21» ноября 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 белокочанной капусты	60	0,79	1,95	3,88	36,24	10,66
Каша гречневая вязкая	150	4,58	5	20,52	145,5	11,92
Гуляш из говядины	100	14,55	16,79	2,89	221	84,40
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	28,20
Хлеб пшеничный	25	1,6	0,2	12,3	57,4	2,75
Хлеб ржаной	20	1,1	0,2	9,42	43,88	2,33
<b>Итого за завтрак</b>	<b>555</b>	<b>23,62</b>	<b>24,14</b>	<b>69,21</b>	<b>588,82</b>	<b>140,26</b>

Возрастная категория от 12 лет						
Завтрак						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Салат из белокочанной капусты	60	0,79	1,95	3,88	36,24	10,66
Каша гречневая вязкая	180	5,5	6	24,62	174,6	14,30
Гуляш из говядины (60/60)	120	17,46	20,15	3,47	265,2	101,28
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	11,34
Хлеб пшеничный	25	1,6	0,2	12,3	57,4	2,75
Хлеб ржаной	25	1,38	0,25	11,77	54,85	2,91
<b>Итого за завтрак</b>	<b>610</b>	<b>27,73</b>	<b>28,55</b>	<b>76,24</b>	<b>673,09</b>	<b>143,16</b>

Ответственный по питанию

Образцов В.А.