



**УТВЕРЖДАЮ**

**Директор МБОУ ООШ №27**

**Л.С. Иващенко**

**МЕНЮ**  
**На «19» января 2024 года**  
**10 День**

<b>Возрастная категория от 7 до 11 лет</b>						
<b>Завтрак</b>						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Нарезка из соленых огурцов	60	0,48	0,06	1,02	6	10,69
Плов из птицы (цыпленок-бройлер)	210	18,9	9,4	38,27	313,6	45,38
Кисломолочный продукт (Йогурт 2,5 % жирности)	200	5,6	5	19,4	146	27,12
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>520</b>	<b>27,96</b>	<b>14,91</b>	<b>82,76</b>	<b>577,85</b>	<b>88,85</b>

<b>Возрастная категория от 12 лет</b>						
<b>Завтрак</b>						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Нарезка из соленых огурцов	60	0,48	0,06	1,02	6	10,69
Плов из птицы (цыпленок-бройлер)	250	22,52	11,18	45,56	373,3	54,02
Кисломолочный продукт (Йогурт 2,5 % жирности)	200	5,6	5	19,4	146	27,12
Хлеб пшеничный	35	2,24	0,28	17,22	80,36	3,85
Хлеб ржаной	30	1,65	0,3	14,13	65,82	3,49
<b>Итого за завтрак</b>	<b>575</b>	<b>32,49</b>	<b>16,82</b>	<b>97,33</b>	<b>671,48</b>	<b>99,17</b>

**Ответственный по питанию**

**Образцов В.А.**