



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ ООШ №27

Л.С. Иващенко

МЕНЮ
На «30» января 2024 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
Итого за завтрак	555	23,62	24,14	69,21	588,82	140,26

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
Итого за завтрак	610	27,73	28,55	76,24	673,09	143,16

Ответственный по питанию

Образцов В.А.