



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ ООШ №27

Л.С. Иващенко

МЕНЮ
На «22» февраля 2024 года
4 День

Возрастная категория от 7 до 11 лет						
Завтрак						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай или хек) (завтрак) 100/40	140	8,02	8,45	4,54	125,93	54,51
Рис отварной (завтрак)	90	2,30	3,59	24,03	137,64	13,05
Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	15,05
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	2,02
Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,80	1,37
Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47,00	13,00
Итого за завтрак	540	17,91	15,98	87,88	564,81	98,99

Возрастная категория от 12 лет						
Завтрак						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай или хек) 100/60	160	10,13	10,07	6,81	158,22	56,58
Рис отварной (завтрак)	100	2,56	3,99	26,70	152,93	13,25
Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	15,05
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,00	3,36
Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,20	1,91
Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47,00	13,00
Итого за завтрак	580	22,33	18,27	107,46	676,71	103,16

Ответственный по питанию

Образцов В.А.