



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ ООШ №27

Д.С. Иващенко

МЕНЮ

На «21» марта 2024 года

4 День

Возрастная категория от 7 до 11 лет								
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рец.	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углеводы			
ЗАВТРАК	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай или хек) (завтрак) 100/40	140	8,02	8,45	4,54	125,93	229	56,36
	Рис отварной (завтрак)	90	2,30	3,59	24,03	137,64	304	13,05
	Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	15,05
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	2,02
	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,80	Н	1,37
	Фрукты свеж.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338	13,00
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		580	17,91	15,98	87,88	564,81		100,84
Возрастная категория от 12 до 18 лет								
ЗАВТРАК	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай или хек) 100/60	160	10,13	10,07	6,81	158,22	229	56,58
	Рис отварной (завтрак)	100	2,56	3,99	26,70	152,93	304	13,25
	Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	15,05
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,00	Н	3,36
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,20	Н	1,91
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338	13,00
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		640	22,33	18,27	107,46	686,71		103,16

Ответственный по питанию

В.А. Образцов