

Школа №27

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет

На 24.04.2026 (пятница)

| Наименование блюда                                      | Цена   | Выход | Углеводы | Ккал |
|---|--------|-------|----------|------|
| <b>Первый завтрак</b>                                   |        |       |          |      |
| Яйца вареные  |        | 40    | 0,03     | 63   |
| Каша вязкая молочная из ячневой крупы                   |        | 200   | 39,20    | 286  |
| Бутерброд с маслом сливочным                            |        | 50/10 | 25,00    | 181  |
| Кофейный напиток с молоком                              |        | 200   | 17,37    | 87   |
| Итого:  | 85,00  | 500   | 81,60    | 617  |
| <b>Обед</b>   |        |       |          |      |
| Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)    |        | 200   | 14,24    | 147  |
| Каша гречневая рассыпчатая с кукурузой консервированной |        | 180   | 39,86    | 281  |
| Напиток из смеси сухофруктов                            |        | 200   | 16,01    | 66   |
| Хлеб пшеничный  |        | 50    | 25,00    | 125  |
| Хлеб ржаной   |        | 35    | 16,45    | 80   |
| Котлеты, биточки, шницели с соусом томатным 50/50 *     |        | 100   | 10,39    | 166  |
| Итого:  | 114,91 | 765   | 121,95   | 865  |
| <b>Полдник</b>  |        |       |          |      |
| Пирожок печеный с повидлом                              |        | 100   | 55,56    | 267  |
| Компот из смеси сухофруктов                             |        | 200   | 32,01    | 133  |
| Итого:  | 39,46  | 300   | 87,57    | 400  |
| Весь рацион питания:                                    | 239,37 | 1565  | 291,12   | 1882 |

Для всего меню

| В граммах                           |        |          | Витамины в миллиграммах |      |       |        |      |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки                               | Жиры   | Углеводы | В1                      | В2   | С     | А      | Е    |
| 56,17                               | 54,91  | 291,12   | 0,74                    | 1,04 | 19,05 | 261,80 | 0,82 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |                         |      |       |        |      |
| Са                                  | Р      | Мg       | Fe                      |      |       |        |      |
| 406,54                              | 838,50 | 296,18   | 13,73                   |      |       |        |      |

Директор  
Зав. производства  
Шеф-повар

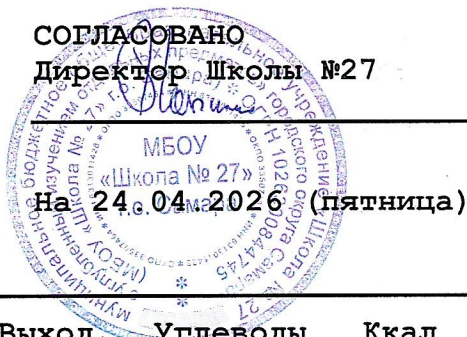


(Михалев А. И.)  
Алферова А.

Школа №27

М Е Н Ю

Возрастная категория: 12-18 лет



| Наименование блюда                                      | Цена          | Выход       | Углеводы      | Ккал        |
|---|---------------|-------------|---------------|-------------|
| <b>Первый завтрак</b>                                   |               |             |               |             |
| Яйца вареные  |               | 40          | 0,03          | 63          |
| Каша вязкая молочная из ячневой крупы                   |               | 250         | 49,00         | 358         |
| Бутерброд с маслом сливочным                            |               | 50/10       | 25,00         | 181         |
| Кофейный напиток с молоком                              |               | 200         | 17,37         | 87          |
| <b>Итого:</b>   | <b>95,46</b>  | <b>550</b>  | <b>91,40</b>  | <b>689</b>  |
| <b>Обед</b>   |               |             |               |             |
| Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (с/н)    |               | 250         | 17,80         | 183         |
| Каша гречневая рассыпчатая с кукурузой консервированной |               | 220         | 50,23         | 353         |
| Напиток из смеси сухофруктов                            |               | 200         | 16,01         | 66          |
| Хлеб пшеничный  |               | 50          | 25,00         | 125         |
| Хлеб ржаной   |               | 35          | 16,45         | 80          |
| Котлеты, биточки, шницели с соусом томатным 50/50 *     |               | 100         | 10,39         | 166         |
| <b>Итого:</b>   | <b>133,65</b> | <b>855</b>  | <b>135,88</b> | <b>973</b>  |
| <b>Полдник</b>  |               |             |               |             |
| Пирожок печеный с повидлом                              |               | 150         | 83,34         | 400         |
| Компот из смеси сухофруктов                             |               | 200         | 32,01         | 133         |
| <b>Итого:</b>   | <b>59,57</b>  | <b>350</b>  | <b>115,35</b> | <b>533</b>  |
| <b>Весь рацион питания:</b>                             | <b>288,68</b> | <b>1755</b> | <b>342,63</b> | <b>2195</b> |

Для всего меню

| В граммах                           |        |          | Витамины в миллиграммах |      |       |        |      |
|-------------------------------------|--------|----------|-------------------------|------|-------|--------|------|
| Белки                               | Жиры   | Углеводы | В1                      | В2   | С     | А      | Е    |
| 66,09                               | 62,36  | 342,63   | 0,93                    | 1,09 | 11,39 | 303,24 | 1,43 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |        |          |                         |      |       |        |      |
| Са                                  | Р      | Мg       | Fe                      |      |       |        |      |
| 453,24                              | 936,00 | 317,96   | 14,91                   |      |       |        |      |



Директор  
Зав. производства  
Шеф-повар

(Михалев А. И.)  
Алферова А.