

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО «Азбука»

ЧЕРНЯВИНА О.А.



МЕНЮ НА 15 ЯНВАРЯ 2026 ГОДА



СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МБОУ «СОШ № 27»

ДОКУМЕНТ

ЖУКОВА Л.М.

### ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)

|                            | цена руб. | выход гр. | белки | жиры  | углеводы | энергет. ценн., ккал. |
|----------------------------|-----------|-----------|-------|-------|----------|-----------------------|
| МАСЛО ПОРЦИЯМИ             | 10,5      | 10        | 0,05  | 7,25  | 0,08     | 66                    |
| КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ | 26,86     | 245/11    | 13,72 | 13,91 | 33,66    | 314                   |
| ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ      | 6,95      | 200       | 0,34  | 0,02  | 24,53    | 95                    |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ             | 4,69      | 50        | 3,8   | 0,4   | 24,3     | 119                   |
| ИТОГО                      | 49        |           | 17,91 | 21,58 | 82,57    | 594                   |

### ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)

|                            |       |        |       |       |       |     |
|----------------------------|-------|--------|-------|-------|-------|-----|
| МАСЛО ПОРЦИЯМИ             | 10,5  | 10     | 0,05  | 7,25  | 0,08  | 66  |
| КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ | 38,86 | 285/20 | 15,85 | 15,07 | 39,09 | 355 |
| ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ      | 6,95  | 200    | 0,34  | 0,02  | 24,53 | 95  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ             | 4,69  | 50     | 3,8   | 0,4   | 24,3  | 119 |
| ИТОГО                      | 61    |        | 20,04 | 22,74 | 88    | 635 |

### ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)

|                                     |       |            |       |       |        |     |
|-------------------------------------|-------|------------|-------|-------|--------|-----|
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ | 19,59 | 60.        | 0,7   | 6,42  | 2,74   | 71  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОИ            | 15,56 | 200/7      | 3,12  | 1,96  | 15,3   | 94  |
| ГУЛЯШ                               | 48,69 | 100(50/50) | 10,64 | 14,09 | 2,89   | 181 |
| РИС ОТВАРНОЙ                        | 13,43 | 150        | 3,6   | 9     | 35,7   | 238 |
| КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ                | 8,44  | 200        | 0,2   | 1,16  | 27,88  | 115 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                | 4,29  | 60         | 4,5   | 0,9   | 25,8   | 126 |
| ИТОГО                               | 110   |            | 22,76 | 33,53 | 110,31 | 825 |

### ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)

|                                     |       |            |       |       |        |     |
|-------------------------------------|-------|------------|-------|-------|--------|-----|
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ | 27,39 | 100        | 1,16  | 10,07 | 4,57   | 114 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОИ            | 17,07 | 250/5      | 3,71  | 2,55  | 20,04  | 121 |
| ГУЛЯШ                               | 48,69 | 100(50/50) | 10,64 | 14,09 | 2,89   | 181 |
| РИС ОТВАРНОЙ                        | 16,12 | 180        | 4,58  | 10,8  | 42,84  | 275 |
| КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ                | 8,44  | 200        | 0,2   | 1,16  | 27,88  | 115 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                | 4,29  | 60         | 4,5   | 0,9   | 25,8   | 126 |
| ИТОГО                               | 122   |            | 24,79 | 39,57 | 124,02 | 932 |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

БОРЦОВА Е.Ю.  
ЕГОРОВА И.И.