

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Азбука»
ЧЕРНЯВИНА О.А.



СОГЛАСОВАНО
И.О. ДИРЕКТОРА ШКОЛЫ № 39
ЛЬВОВА А.В.

МЕНЮ НА 13 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОДА

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	19,28	245/11	13,99	12,64	32,13	354
ЧАЙ С САХАРОМ	2,49	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		17,99	13,09	71,44	530

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

МАСЛО ПОРЦИЯМИ	6,93	10	0,05	8,25	0,08	75
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	16,7	285/5	16,27	14,7	37,37	411
ЧАЙ С САХАРОМ	2,49	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		21,08	23,48	81,62	685

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЗЕЛЕНЫ	3,17	75	1,16	3,81	7,07	66
БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. С ГОВЯД. СО СМЕТ. 3	20,05	250/12,5/5	5,35	5,88	9,11	125
ТЕФТЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	26,4	60/30	12,05	14,11	11,25	218
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	7,95	150	4,61	5,53	22,63	161
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	4,59	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	65		26,19	29,97	76,39	796

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЗЕЛЕНЫ	4,21	100	1,55	5,08	9,42	88
БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. С ГОВЯД. СО СМЕТ. 3	20,05	250/12,5/5	5,35	5,88	9,11	125
ТЕФТЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	30,77	70/35	10,15	16,54	12,02	238
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	9,54	180	5,53	6,64	27,16	193
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	4,59	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	72		25,6	34,78	84,04	870

ПОЛДНИК

ПИРОЖКИ С КАПУСТОЙ МЯСОМ	10,21	60	6,94	5,84	23,64	176
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	9,03	200	0,44	0	28,88	116
ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ	15,76	126	0,5	0,5	12,35	57
ИТОГО	35		7,88	6,34	64,87	349

ГЛ.БУХГАЛТЕР
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

ТРОФИМОВА Л.М.
ПАВЛОВА С.В.
ЕГОРОВА И.И.