

УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР ООО «Азбука»
 ЧЕРНЯВИНА О.А.

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

МЕНЮ НА 14 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОДА

	цена,руб.	выход,гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	15,86	245/5	12,08	11,42	36,55	351
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	5,91	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		16,22	11,84	85,38	565

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	20,21	285/7	14,05	13,28	42,51	408
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	5,91	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		18,95	13,78	96,2	645

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	2,27	60.	0,76	9,04	4,59	103
ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТ. С ГОВЯД СО СМЕТ. ЗЕЛЕНЫ	18,3	250/12,5/5	5,27	5,97	7,75	111
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	18,58	50/40	7,53	6,66	11,49	163
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	10,63	150.	3,22	5,56	22	155
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	4,46	200.	0,14	0,02	24,43	96
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ	7,92	64	0,26	0,26	6,27	29
ИТОГО	65		20	28,11	77,13	783

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	3,79	100	1,27	15,06	7,65	171
ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТ. С ГОВЯД СО СМЕТ. ЗЕЛЕНЫ	18,3	250/12,5/5	5,27	5,97	7,75	111
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	21,94	60/40	10,93	10,04	13,17	188
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	12,75	180.	3,87	6,68	26,41	197
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	4,46	200.	0,14	0,02	24,43	96
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ	7,92	64	0,26	0,26	6,27	29
ИТОГО	72		24,56	38,63	86,28	918

ПОЛДНИК						
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	9,49	75	4,62	2,38	28,08	235
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	9,73	200	0,57	0	34,41	136
БАНАНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	15,78	127	1,91	0,06	26,67	122
ИТОГО	35		7,1	2,44	89,16	493

ГЛ.БУХГАЛТЕР
 ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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