

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО «Азбука»  
ЧЕРНЯВИНА О.А.

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

МЕНЮ НА 22 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОДА

**ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)**  
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ  
ЧАИ С САХАРОМ  
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  
ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
19,36	245/9	12,08	11,42	36,55	351
2,41	200.	0,2	0,05	15,01	57
3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
25		16,08	11,87	75,86	527

**ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)**  
СЫР ПОРЦИЯМИ  
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ  
ЧАИ С САХАРОМ  
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  
ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
5,49	10	2,3	2,9	8,36	36
18,22	285/5	14,05	13,28	42,51	408
2,41	200.	0,2	0,05	15,01	57
3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
30		21,11	16,71	86,68	643

**ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)**  
САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ  
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ГОВЯД. ЗЕЛЕНЬ  
КОТЛЕТЫ ОСОБЫЕ С СОУСОМ  
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ  
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА  
ХЛЕБ РЖАНОЙ  
ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
7,2	60.	0,55	6,07	1,79	63
16,45	250/10	5,91	4,9	17,44	139
24,66	50/40	8,73	12,99	9,28	191
6,78	150	5,32	4,89	35,52	211
7,07	200.	0,36	0	33,16	128
2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
65		23,69	29,45	97,79	858

**ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)**  
САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ  
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ГОВЯД. ЗЕЛЕНЬ  
КОТЛЕТЫ ОСОБЫЕ С СОУСОМ  
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ  
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА  
ХЛЕБ РЖАНОЙ  
ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
12,16	100	0,9	10,11	3,47	109
16,45	250/10	5,91	4,9	17,44	139
25,32	50/50	8,93	14,5	9,77	208
8,16	180	6,38	5,87	42,62	253
7,07	200.	0,36	0	33,16	128
2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
72		25,3	35,98	107,06	963

**ПОЛДНИК**  
ПИРОЖКИ С КАПУСТОЙ МЯСОМ  
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА  
БАНАНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ  
ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
10,21	60	6,94	5,84	23,64	176
9,63	200	0,57	0	34,41	136
15,16	113	1,7	0,06	23,73	108
35		9,21	5,9	81,78	420

ГЛ.БУХГАЛТЕР  
ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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