

УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР ООО «Азбука»
 ЧЕРНЯВИНА О.А.

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

МЕНЮ НА 13 ОКТЯБРЯ 2022 ГОДА

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

| | цена.руб. | выход.гр. | белки | жиры | углеводы | энергет.ценн.,ккал. |
|----------------------------|-----------|-----------|--------------|--------------|--------------|---------------------|
| КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ | 18,25 | 245/10 | 13,63 | 12,96 | 33,61 | 381 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 3,52 | 200 | 0,26 | 0,06 | 15,22 | 59 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 3,23 | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,3 | 119 |
| ИТОГО | 25 | | 17,69 | 13,42 | 73,13 | 559 |

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

| | цена.руб. | выход.гр. | белки | жиры | углеводы | энергет.ценн.,ккал. |
|----------------------------|-----------|-----------|--------------|--------------|--------------|---------------------|
| МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 6,79 | 10 | 0,05 | 8,25 | 0,08 | 75 |
| КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ | 15,81 | 285/5 | 15,85 | 15,07 | 39,09 | 443 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 3,52 | 200 | 0,26 | 0,06 | 15,22 | 59 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 3,88 | 60. | 4,56 | 0,48 | 29,16 | 142 |
| ИТОГО | 30 | | 20,72 | 23,86 | 83,55 | 719 |

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

| | цена.руб. | выход.гр. | белки | жиры | углеводы | энергет.ценн.,ккал. |
|---|-----------|-----------|--------------|--------------|-------------|---------------------|
| САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ | 8,46 | 60. | 0,55 | 6,07 | 1,79 | 63 |
| СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ С ПТИЦЕЙ | 15,42 | 250/12,5 | 5,81 | 5,06 | 20,89 | 149 |
| КОТЛЕТЫ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ | 24,81 | 60/40 | 13,09 | 9,3 | 13,35 | 191 |
| КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ | 6,79 | 150 | 2,25 | 6 | 23,7 | 174 |
| КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ | 6,68 | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,87 | 109 |
| ХЛЕБ РЖАНОИ | 2,84 | 60 | 2,82 | 0,6 | 0,6 | 126 |
| ИТОГО | 65 | | 24,68 | 27,19 | 88,2 | 812 |

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

| | цена.руб. | выход.гр. | белки | жиры | углеводы | энергет.ценн.,ккал. |
|---|-----------|-----------|--------------|--------------|--------------|---------------------|
| САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ | 14,1 | 100 | 0,9 | 10,11 | 3,47 | 109 |
| СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ С ПТИЦЕЙ | 15,42 | 250/12,5 | 5,81 | 5,06 | 20,89 | 149 |
| КОТЛЕТЫ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ | 24,81 | 60/40 | 13,09 | 9,3 | 13,35 | 191 |
| КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ | 8,15 | 180 | 2,7 | 7,2 | 28,5 | 209 |
| КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ | 6,68 | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,87 | 109 |
| ХЛЕБ РЖАНОИ | 2,84 | 60 | 2,82 | 0,6 | 0,6 | 126 |
| ИТОГО | 72 | | 25,48 | 32,43 | 94,68 | 893 |

ПОЛДНИК

| | цена.руб. | выход.гр. | белки | жиры | углеводы | энергет.ценн.,ккал. |
|------------------------|-----------|-----------|------------|-------------|--------------|---------------------|
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 12,22 | 75 | 8,46 | 7,34 | 31,9 | 229 |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 13,57 | 200 | 1,04 | 0 | 30,96 | 123 |
| МАНДАРИНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ | 9,21 | 38 | 0,3 | 0,11 | 3,08 | 15 |
| ИТОГО | 35 | | 9,8 | 7,45 | 65,94 | 367 |

ГЛ.БУХГАЛТЕР
 ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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