

УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР ООО «Азбука»
 ЧЕРНЯВИНА О.А.

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

МЕНЮ НА 14 ОКТЯБРЯ 2022 ГОДА

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
КАША МОЛ. ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	19,32	245/5	11,03	12,52	36,75	364
ЧАИ С САХАРОМ	2,45	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		15,03	12,97	76,06	540

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
КАША МОЛ. ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	23,67	285/10	12,83	12,52	42,75	423
ЧАИ С САХАРОМ	2,45	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		17,59	13,05	86,92	622

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧ. КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	5,31	79	0,96	4,03	8,77	71
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ПТИЦЕЙ	18,43	250/18	6,71	6,36	17,53	147
КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ С СОУСОМ	24,8	50/40	12,35	4,47	6,7	118
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	6,49	150	5,32	4,89	35,52	211
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	7,13	200.	0,36	0	33,16	128
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	65		28,52	20,35	102,28	801

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧ. КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	6,72	100.	1,21	5,1	11,1	90
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ПТИЦЕЙ	18,43	250/18	6,71	6,36	17,53	147
КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ С СОУСОМ	29,06	60/40	14,68	5	7,42	133
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	7,82	180	6,38	5,87	42,62	253
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	7,13	200.	0,36	0	33,16	128
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	72		32,16	22,93	112,43	877

ПОЛДНИК

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	16,16	100.	13,3	3,6	11,9	296
СОК ФРУКТОВЫЙ	22,39	200	1,4	0,2	26,4	120
ИТОГО	38,55		14,7	3,8	38,3	416

ГЛ.БУХГАЛТЕР
 ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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