

УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР ООО «Азбука»
 ЧЕРНЯВИНА О.А.



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

МЕНЮ НА 26 ОКТЯБРЯ 2022 ГОДА

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

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн. ккал.
15,91	245/5	12,08	11,42	36,55	351
5,86	200	0,34	0,02	24,53	95
3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
25		16,22	11,84	85,38	565

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)
 КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ
 ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ
 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ
 ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн. ккал.
20,26	285/10	14,05	13,28	42,51	408
5,86	200	0,34	0,02	24,53	95
3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
30		18,95	13,78	96,2	645

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)
 САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ
 ЦИ ИЗ СВ. КАП. КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАНОМ
 КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ
 ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ
 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ
 ХЛЕБ РЖАНОЙ
 ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн. ккал.
2,63	60.	0,76	9,04	4,59	103
14,59	250/12,5/5	4,54	6,07	7,8	104
27,6	50/40	7,53	6,66	11,49	163
12,98	150.	3,22	5,56	22	155
4,36	200.	0,14	0,02	24,43	96
2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
65		19,01	27,95	70,91	747

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)
 САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ
 ЦИ ИЗ СВ. КАП. КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАНОМ
 КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ
 ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ
 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ
 ХЛЕБ РЖАНОЙ
 ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн. ккал.
4,39	100	1,27	15,06	7,65	171
16,39	250/17/5	5,55	6,96	7,82	114
28,45	50/50	9,38	9,12	12,27	171
15,57	180.	3,87	6,68	26,41	197
4,36	200.	0,14	0,02	24,43	96
2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
72		23,03	38,44	79,18	875

ПОЛДНИК
 ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ
 КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА
 БАНАНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ
 ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн. ккал.
9,67	75	4,62	2,38	28,08	235
9,68	200	0,57	0	34,41	136
15,65	90	1,35	0,05	18,9	86
35		6,54	2,43	81,39	457

ГЛ.БУХГАЛТЕР
 ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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