

УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР ООО «Азбука»
 ЧЕРНЯВИНА О.А.

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

МЕНЮ НА 20 ДЕКАБРЯ 2022 ГОДА

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
СЫР ПОРЦИЯМИ	6,93	10	2,3	3,9	0	36
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	11,25	235/5	13,41	12,12	30,81	340
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	3,59	200.	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		19,77	16,48	70,33	554

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

МАСЛО ПОРЦИЯМИ	6,79	10	0,05	8,25	0,08	75
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	15,74	285/5	16,27	14,7	37,37	411
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	3,59	200.	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		21,14	23,49	81,83	687

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	2,81	60.	0,93	3,05	5,65	53
БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СИ	17,51	250/17/5	5,87	7,08	9,17	130
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	29,44	90(50/40)	9,25	9,6	12,2	184
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	6,72	150	4,61	5,53	22,63	161
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	5,68	200	0,16	0,16	27,87	109
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	65		23,64	26,02	78,12	763

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	4,68	100	1,55	5,08	9,42	88
БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СИ	15,93	250/12,5/5	4,78	6,13	9,14	119
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	34,8	100(60/40)	10,96	11,54	13,12	211
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	8,07	180	5,53	6,64	27,16	193
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	5,68	200	0,16	0,16	27,87	109
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	72		25,8	30,15	87,31	846

ПОЛДНИК

ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	12,19	75	8,46	7,34	31,9	229
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	5,25	200	0,2	0,04	25,73	100
ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ	17,56	199	0,8	0,8	19,5	90
ИТОГО	35		9,46	8,18	77,13	419

ГЛ. БУХГАЛТЕР
 ЗАВ. ПРОИЗВОДСТВОМ
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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