

УТВЕРЖДАЮ  
 ДИРЕКТОР ООО «Азбука»  
 ЧЕРНЯВИНА О.А.

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

МЕНЮ НА 9 МАРТА 2023 ГОДА

**ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)**

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет.ценн.,ккал.
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	17,91	245/10	13,74	15,36	33,69	328
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	3,86	200	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
<b>ИТОГО</b>	<b>25</b>		<b>17,8</b>	<b>15,82</b>	<b>73,21</b>	<b>506</b>

**ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)**

МАСЛО ПОРЦИЯМИ	6,79	10	0,05	8,25	0,08	75
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	15,47	285/5	15,85	15,07	39,09	355
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	3,86	200	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60	4,56	0,48	29,16	142
<b>ИТОГО</b>	<b>30</b>		<b>20,72</b>	<b>23,86</b>	<b>83,55</b>	<b>631</b>

**ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	16,49	60	0,58	6,07	2,19	66
СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ С ПТИЦЕЙ	12,61	250/5	3,98	3,16	21,04	128
КОТЛЕТЫ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ	20,11	90(50/40)	11,51	9,12	11,38	174
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	6,5	150	2,25	6	23,7	158
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	6,45	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>65</b>		<b>23,02</b>	<b>26,41</b>	<b>111,99</b>	<b>767</b>

**ОБЕД (С 12 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	20,48	100	0,9	10,11	3,47	109
СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ С ПТИЦЕЙ	13,41	250/12,5	5,6	4,15	21,15	158
КОТЛЕТЫ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ	21,02	100(50/50)	12,7	10,1	12,6	184
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	7,8	180	2,7	7,2	28,5	209
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	6,45	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>		<b>26,6</b>	<b>33,62</b>	<b>119,4</b>	<b>901</b>

**ПОЛДНИК**

ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	11,8	75	8,46	7,34	31,9	229
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	15,63	200	1,04	0,7	30,96	123
МАНДАРИНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	7,57	37	0,3	0,11	13,22	15
<b>ИТОГО</b>	<b>35</b>		<b>9,8</b>	<b>7,45</b>	<b>65,86</b>	<b>367</b>

ГЛ.БУХГАЛТЕР  
 ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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