

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Азбука»
ЧЕРНЯВИНА О.А.

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

МЕНЮ НА 29 МАРТА 2023 ГОДА

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	14,85	245/7	12,18	15,38	36,65	335
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	6,92	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		16,32	15,8	85,48	549

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	19,2	285/7	14,16	17,89	42,63	388
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	6,92	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		19,06	18,39	96,32	625

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	3,29	60.	0,78	5,46	6,1	77
ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАН	14,65	250/14/5	6,4	6,56	8,32	117
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	23,9	90(50/40)	7,93	6,66	12,49	142
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	15,08	150.	3,7	6,7	22,9	167
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	5,24	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	65		23,51	26,32	101,34	729

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	5,49	100	1,3	9,4	10,2	127
ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАН	15,62	250/20/5	8	7,06	8,4	127
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	24,72	100(50/50)	8,82	7,6	13,8	158
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	18,09	180.	4,4	7,4	26,41	185
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	5,24	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	72		27,22	32,4	110,34	823

ПОЛДНИК

ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	9,91	75	4,62	2,38	28,08	235
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	9,83	200	0,57	0	34,41	136
БАНАНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	15,26	85	1,28	0,04	17,85	82
ИТОГО	35		6,47	2,42	80,34	453

ГЛ.БУХГАЛТЕР
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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