

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО «Азбука»  
ЧЕРНЯВИНА О.А.



МЕНЮ НА 12 ДЕКАБРЯ 2023 ГОДА



**ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)**

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет.ценн.,ккал.
СЫР ПОРЦИЯМИ	6,85	10	2,45	2,85	0	36
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	11,15	235/5	13,41	12,12	30,81	286
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	3,44	200.	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,56	50	3,8	0,4	24,3	119
<b>ИТОГО</b>	<b>25</b>		<b>19,92</b>	<b>15,43</b>	<b>70,33</b>	<b>500</b>

**ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)**

МАСЛО ПОРЦИЯМИ	6,72	10	0,05	8,25	0,08	75
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	15,57	285/5	16,27	14,7	37,37	348
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	3,44	200.	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,27	60.	4,56	0,48	29,16	142
<b>ИТОГО</b>	<b>30</b>		<b>21,14</b>	<b>23,49</b>	<b>81,83</b>	<b>624</b>

**ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	2,71	60.	0,93	3,05	5,65	53
БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СІ	18,61	200/16/5	6,24	7,27	11,4	128
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	30,53	90(50/40)	9,25	9,6	12,2	184
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	6,3	150	4,61	5,53	22,63	161
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	6,73	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>68</b>		<b>25,73</b>	<b>27,51</b>	<b>105,56</b>	<b>767</b>

**ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	4,52	100	1,55	5,08	9,42	88
БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СІ	18,89	250/14/5	5,57	7,85	13,35	141
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	31,19	100(50/50)	9,45	10	13	192
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	7,55	180	5,53	6,64	27,16	193
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	6,73	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>		<b>26,8</b>	<b>31,63</b>	<b>116,61</b>	<b>855</b>

**ПОЛДНИК**

ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	12,6	75	8,46	7,34	31,9	229
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	5,97	200	0,2	0,04	25,73	100
ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ	21,43	204	0,82	0,82	19,99	92
<b>ИТОГО</b>	<b>40</b>		<b>9,48</b>	<b>8,2</b>	<b>77,62</b>	<b>421</b>

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

ПАВЛОВА С.В.  
ЕГОРОВА И.И.