

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО «Азбука»

ЧЕРНЯВИНА О.А.

СОГЛАСОВАНО

И.О. ДИРЕКТОРА ШКОЛЫ № 39

ЛЬВОВА А.В.

МЕНЮ НА 21 ДЕКАБРЯ 2023 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет.ценн.,ккал.
ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	17,74	245/9	13,74	15,36	33,69	328
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	3,7	200	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,56	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		17,8	15,82	73,21	506
ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	22,03	285/12	15,85	15,07	39,09	355
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	3,7	200	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,27	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		20,67	15,61	83,47	556
ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	16,19	60.	0,58	6,07	2,19	66
СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ С ПТИЦЕЙ	10,99	250/5	3,98	3,16	21,04	128
БИТОЧКИ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ	23,69	90(50/40)	11,51	9,12	11,38	174
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	7,06	150	2,25	6	23,7	164
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	6,95	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	68		23,02	26,41	111,99	773
ОБЕД (С 12 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	19,24	100	0,9	10,11	3,47	109
СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ	9,67	250	2,9	2,5	21	118
БИТОЧКИ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ	24,54	100(50/50)	12,7	10,1	12,6	184
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ *	8,48	180	2,7	7,2	28,5	209
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	6,95	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	72		23,9	31,97	119,25	861
ПОЛДНИК						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	13,28	75	8,46	7,34	31,9	229
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	14,74	200	1,04	0	30,96	123
АПЕЛЬСИНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	11,98	63	0,57	0,13	5,1	25
ИТОГО	40		10,07	7,47	67,96	377

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

ПАВЛОВА С.В.
ЕГОРОВА И. И.