

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Азбука»
ЧЕРНЯВИНА О.А.



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



МЕНЮ НА 16 ЯНВАРЯ 2024 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	10,75	235/5	13,41	12,12	30,81	286
ЧАИ С ЛИМОНОМ	3,84	200.	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,56	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		19,92	15,43	70,33	500

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

МАСЛО ПОРЦИЯМИ	6,72	10	0,05	8,25	0,08	75
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	15,17	285/5	16,27	14,7	37,37	348
ЧАИ С ЛИМОНОМ	3,84	200.	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,27	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		21,14	23,49	81,83	624

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	3,28	60.	0,93	3,05	5,65	53
БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СІ	17,41	250/12/5	4,78	7,5	14,65	140
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	30,7	90(50/40)	9,25	9,6	12,2	184
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	6,17	150	4,61	5,53	22,63	161
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	7,32	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	68		24,27	27,74	108,81	779

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	5,35	100	1,55	5,08	9,42	88
БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СІ	17,41	250/12/5	4,78	7,5	14,65	140
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	31,39	100(50/50)	9,45	10	13	192
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	7,41	180	5,53	6,64	27,16	193
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	7,32	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	72		26,01	31,28	117,91	854

ПОЛДНИК

ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	13,45	75	8,46	7,34	31,9	229
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	5,92	200	0,2	0,04	25,73	100
ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ	20,63	173	0,69	0,69	16,95	78
ИТОГО	40		9,35	8,07	74,58	407

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

ПАВЛОВА С.В.
ЕГОРОВА И.И.