

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Азбука»
ЧЕРНЯВИНА О.А.

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР ШКОЛЫ № 39
ДАНИЛОВА О.И.

МЕНЮ НА 16 ОКТЯБРЯ 2024 ГОДА

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	21,73	245/5	12,16	13,93	36,62	321
ЧАИ С ЛИМОНОМ	3,96	200	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,31	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	30		16,22	14,39	76,14	499

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	25,87	285/7	14,16	17,89	42,63	388
ЧАИ С ЛИМОНОМ	3,96	200	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	5,17	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	35		18,98	18,43	87,01	589

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	3,51	60.	0,78	5,46	6,1	77
ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАН	17,22	250/12,5/5	6,04	6,07	8,3	112
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	22,17	90(50/40)	7,93	6,66	12,49	142
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	17,72	150.	3,7	6,7	22,9	167
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	8,6	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,78	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	73		23,15	25,83	101,32	724

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	5,46	100	1,3	9,4	10,2	127
ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАН	17,22	250/12,5/5	6,04	6,07	8,3	112
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	25,69	100(60/40)	10,93	10,04	13,17	186
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	21,25	180.	4,4	7,4	26,41	185
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	8,6	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,78	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	82		27,37	33,85	109,61	836

ПОЛДНИК

ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	9,24	75	4,62	2,38	28,08	235
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	15,99	200	0,57	0	34,41	136
БАНАНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	14,77	71	1,07	0,04	14,91	68
ИТОГО	40		6,26	2,42	77,4	439

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

ПАВЛОВА С.В.
ЕГОРОВА И.И.