

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО «Азбука»

ЧЕРНЯВИНА О.А.

СОГЛАСОВАНО

И.О. ДИРЕКТОРА ШКОЛЫ № 39

ЛЬВОВА А.В.

МЕНЮ НА 4 МАРТА 2024 ГОДА

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	17,93	245/9	15,11	15,37	38,85	354
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	3,51	200	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,56	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		19,17	15,83	78,37	532

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	22,22	285/13	17,55	17,9	44,9	414
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	3,51	200	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,27	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		22,37	18,44	89,28	615

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	13,58	60.	0,47	6,04	1,81	63
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПТИЦЕЙ	9,28	200/5	5,9	3,11	15,98	118
ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ	28,65	90(40/50)	11,62	16,26	7,2	221
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	6,81	150	5,1	9,15	34,2	244
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	6,56	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	68		27,93	35,48	109,52	867

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	15,44	100.	0,79	10,07	3,02	105
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	9,49	250	6	2,96	19,92	131
ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ	29,19	100(40/60)	12,05	16,93	8,9	236
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	8,2	180	6,38	10,9	41	287
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	6,56	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	72		30,06	41,78	123,17	980

ПОЛДНИК

БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	6,77	100.	7,44	13,16	60,9	392
СОК ФРУКТОВЫЙ	27,15	200	1,4	0,2	26,4	120
ИТОГО	33,92		8,84	13,36	87,3	512

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

ПАВЛОВА С.В.
ЕГОРОВА И.И.