

УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР ООО «Азбука»
 ЧЕРНЯВИНА О.А.

СОГЛАСОВАНО
 ДИРЕКТОР ШКОЛЫ № 29
 ЛЯХОВ А.В.



МЕНЮ НА 18 ЯНВАРЯ 2023 ГОДА

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ
 ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ
 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ
 ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
15,99	245/7	12,18	15,38	36,65	335
5,78	200	0,34	0,02	24,53	95
3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
25		16,32	15,8	85,48	549

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ
 ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ
 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ
 ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
20,34	285/8	14,16	17,89	42,63	388
5,78	200	0,34	0,02	24,53	95
3,88	60	4,56	0,48	29,16	142
30		19,06	18,39	96,32	625

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ
 ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАНС
 КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ
 ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ
 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ
 ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ
 ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
2,91	60	0,78	5,46	6,1	77
16,15	250/17/5	6,75	6,96	8,32	121
23,19	90(50/40)	7,93	6,66	12,49	142
14,53	150	3,7	6,7	22,9	167
5,38	200	0,14	0,02	24,43	96
2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
65		23,8	26,7	100,04	729

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ
 ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАНС
 КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ
 ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ
 НАПИТОК ЛИМОННЫЙ
 ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ
 ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
4,85	100	1,3	9,4	10,2	127
17,46	250/20/5	8	7,06	8,4	127
24,03	100(50/50)	8,82	7,6	13,8	158
17,44	180	4,4	7,4	26,41	185
5,38	200	0,14	0,02	24,43	96
2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
72		27,16	32,38	109,04	819

ПОЛДНИК

ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ
 КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА
 БАНАНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ
 ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
9,98	75	4,62	2,38	28,08	235
9,77	200	0,57	0	34,41	136
15,25	100	1,5	0,05	21	96
35		6,69	2,43	83,49	467

ГЛ.БУХГАЛТЕР
 ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

(Handwritten signature)

ТРОФИМОВА Л.М.
 СКЕРДОВА И.В.
 ЕГОРОВА И.И.

ХЛЕБ Р. А.
 ВАТРУШКА
 КОМПОТ
 БАНАНЫ

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
9,98	75	4,62	2,38	28,08	235
9,77	200	0,57	0	34,41	136
15,25	100	1,5	0,05	21	96
35		6,69	2,43	83,49	467