

УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР ООО «Азбука»
 ЧЕРНЯВИНА О.А.

СОГЛАСОВАНО
 ДИРЕКТОР ШКОЛЫ № 29
 ЛЯХОВ А.В.

МЕНЮ НА 23 ЯНВАРЯ 2023 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	19,38	245/10	15,11	15,37	38,85	354
ЧАИ С САХАРОМ	2,39	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		19,11	15,82	78,16	530

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	23,73	285/15	17,85	17,88	45,02	414
ЧАИ С САХАРОМ	2,39	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		22,61	18,41	89,19	613

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	4,34	60.	0,96	3,04	5,07	52
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПТИЦЕЙ	15,5	250/15	9,47	5,68	20,03	164
ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ	30,09	100(50/50)	14,28	18,06	7,27	220
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	6,45	150	2,25	6	23,7	158
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	5,78	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	65		31,8	33,7	106,33	815

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	7,23	100.	1,6	5,07	8,33	87
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПТИЦЕЙ	18,31	250/20	10,65	6,7	20,06	176
ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ	30,09	100(50/50)	14,28	18,06	7,27	220
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	7,75	180	2,7	7,2	28,5	209
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	5,78	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	72		34,07	37,95	114,49	913

ПОЛДНИК						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	6,45	100.	7,44	13,16	60,9	392
СОК ФРУКТОВЫЙ	22,39	200	1,4	0,2	26,4	120
ИТОГО	28,84		8,84	13,36	87,3	512

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ
 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПТИЦЕЙ
 ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ
 КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ
 ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ
 ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ

ГЛ.БУХГАЛТЕР
 ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

ТРОФИМОВА Л.М.
 СКирДОВА И.В.
 ЕГОРОВА И.И.