

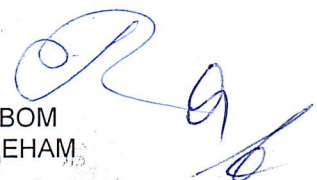
УТВЕРЖДАЮ  
 ДИРЕКТОР ООО «Азбука»  
 ЧЕРНЯВИНА О.А.

СОГЛАСОВАНО  
 ДИРЕКТОР ШКОЛЫ № 29  
 ЛЯХОВ А.В.

МЕНЮ НА 24 ЯНВАРЯ 2023 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн. ккал.
<b>ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)</b>						
СЫР ПОРЦИЯМИ	6,93	10	2,45	2,85	0	36
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	11,01	235/5	13,41	12,12	30,81	286
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	3,83	200.	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
<b>ИТОГО</b>	<b>25</b>		<b>19,92</b>	<b>15,43</b>	<b>70,33</b>	<b>500</b>
<b>ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)</b>						
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	6,79	10	0,05	8,25	0,08	75
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	15,5	285/5	16,27	14,7	37,37	348
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	3,83	200.	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
<b>ИТОГО</b>	<b>30</b>		<b>21,14</b>	<b>23,49</b>	<b>81,83</b>	<b>624</b>
<b>ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	2,81	60.	0,93	3,05	5,65	53
БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО С	17,22	250/15/5	5,98	8,12	14,1	156
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	29,53	90(50/40)	9,25	9,6	12,2	184
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	6,21	150	4,61	5,53	22,63	161
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	6,39	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>65</b>		<b>25,47</b>	<b>28,36</b>	<b>108,26</b>	<b>795</b>
<b>ОБЕД (С 12 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	4,68	100	1,55	5,08	9,42	88
БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО С	15,75	250/12,5/5	5,57	7,85	13,35	141
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	34,89	100(60/40)	10,96	11,54	13,12	211
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	7,45	180	5,53	6,64	27,16	193
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	6,39	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>		<b>28,31</b>	<b>33,17</b>	<b>116,73</b>	<b>874</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	11,83	75	8,46	7,34	31,9	229
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	5,48	200	0,2	0,04	25,73	100
ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ	17,69	175	0,7	0,7	17,15	79
<b>ИТОГО</b>	<b>35</b>		<b>9,36</b>	<b>8,08</b>	<b>74,78</b>	<b>408</b>

ГЛ.БУХГАЛТЕР  
 ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ  
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



ТРОФИМОВА Л.М.  
 СКИРДОВА И.В.  
 ЕГОРОВА И.И.