

УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР ООО «Азбука»
 ЧЕРНЯВИНА О.А.

СОГЛАСОВАНО
 ДИРЕКТОР ШКОЛЫ № 29
 ЛЯХОВ А.В.

МЕНЮ НА 31 ЯНВАРЯ 2023 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)						
СЫР ПОРЦИЯМИ	6,93	10	2,45	2,85	0	36
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	12,47	235/5	13,41	12,12	30,81	286
ЧАЙ С САХАРОМ	2,37	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		19,86	15,42	70,12	498
ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)						
СЫР ПОРЦИЯМИ	6,93	10	2,45	2,85	0	36
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	16,82	285/5	16,27	14,7	37,37	348
ЧАЙ С САХАРОМ	2,37	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		23,48	18,08	81,54	583
ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	2,81	60.	0,93	3,05	5,65	53
БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАИ	17,42	250/15/5	5,38	6,64	14,23	132
ТЕФТЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	30,4	90(60/30)	13,2	16,55	13,81	262
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	6,21	150	4,61	5,53	22,63	161
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	5,32	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	65		28,82	32,71	107,84	834
ОБЕД (С 12 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	4,68	100	1,55	5,08	9,42	88
БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАИ	20,4	250/20/5	6,58	7,69	15,1	142
ТЕФТЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	31,31	100(60/40)	13,5	17,1	14,65	275
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	7,45	180	5,53	6,64	27,16	193
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	5,32	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	72		31,86	37,45	117,86	924
ПОЛДНИК						
ПИРОЖКИ С КАПУСТОЙ МЯСОМ	10,89	60	6,94	5,84	23,64	176
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	9,49	200	0,44	0	28,88	116
ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ	14,62	141	0,56	0,56	13,82	63
ИТОГО	35		7,94	6,4	66,34	355

ГЛ. БУХГАЛТЕР
 ЗАВ. ПРОИЗВОДСТВОМ
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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