

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО «Азбука»  
ЧЕРНЯВИНА О.А.

СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР ШКОЛЫ № 29  
ЛЯХОВ А.В.

МЕНЮ НА 16 ДЕКАБРЯ 2022 ГОДА

**ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)**

КАША МОЛ. ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ  
ЧАЙ С САХАРОМ  
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
19,46	245/8	11,03	12,52	36,75	364
2,31	200.	0,2	0,05	15,01	57
3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
<b>25</b>		<b>15,03</b>	<b>12,97</b>	<b>76,06</b>	<b>540</b>

**ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)**

КАША МОЛ. ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ  
ЧАЙ С САХАРОМ  
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

ИТОГО

23,81	285/10	12,83	12,52	42,75	423
2,31	200.	0,2	0,05	15,01	57
3,88	60	4,56	0,48	29,16	142
<b>30</b>		<b>17,59</b>	<b>13,05</b>	<b>86,92</b>	<b>622</b>

**ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧ. КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ  
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ПТИЦЕЙ  
КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ С СОУСОМ  
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ  
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА  
ХЛЕБ РЖАНОИ

ИТОГО

5,07	77	0,93	3,93	8,55	69
19,06	250/20	7,29	6,86	17,55	153
24,19	90(50/40)	12,35	4,47	6,7	118
6,49	150	5,32	4,89	35,52	211
7,35	200.	0,36	0	33,16	128
2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
<b>65</b>		<b>29,07</b>	<b>20,75</b>	<b>102,08</b>	<b>805</b>

**ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧ. КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ  
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ПТИЦЕЙ  
КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ С СОУСОМ  
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ  
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА  
ХЛЕБ РЖАНОИ

ИТОГО

6,6	100.	1,21	5,1	11,1	90
19,06	250/20	7,29	6,86	17,55	153
28,33	100(60/40)	14,68	5	7,42	133
7,82	180	6,38	5,87	42,62	253
7,35	200.	0,36	0	33,16	128
2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
<b>72</b>		<b>32,74</b>	<b>23,43</b>	<b>112,45</b>	<b>883</b>

**ПОЛДНИК**

БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ  
СОК ФРУКТОВЫИ

ИТОГО

16,08	100.	13,3	3,6	11,9	296
22,39	200	1,4	0,2	26,4	120
<b>38,47</b>		<b>14,7</b>	<b>3,8</b>	<b>38,3</b>	<b>416</b>

ГЛ.БУХГАЛТЕР  
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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