

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО «Азбука»

ЧЕРНЯВИНА О.А.

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР ШКОЛЫ № 29

ЛЯХОВ А.В.

МЕНЮ НА 28 ДЕКАБРЯ 2022 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	15,91	245/5	12,08	11,42	36,55	351
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	5,86	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		16,22	11,84	85,38	565

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	20,26	285/8	14,05	13,28	42,51	408
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	5,86	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		18,95	13,78	96,2	645

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	2,45	60.	0,76	9,04	4,59	103
ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАНС	12,24	250/10/5	4,03	5,6	7,78	99
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	28,42	90(50/40)	7,53	6,66	11,49	163
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	13,57	150.	3,22	5,56	22	155
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	5,48	200.	0,14	0,02	24,43	96
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	65		18,5	27,48	70,89	742

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	4,09	100	1,27	15,06	7,65	171
ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАНС	14,05	250/12,5/5	4,54	6,07	7,7	104
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	29,26	100(50/50)	9,38	9,12	12,27	171
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	16,28	180.	3,87	6,68	26,41	197
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	5,48	200.	0,14	0,02	24,43	96
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	72		22,02	37,55	79,06	865

ПОЛДНИК						
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	9,65	75	4,62	2,38	28,08	235
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	9,51	200	0,57	0	34,41	136
БАНАНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	15,84	104	1,56	0,05	21,84	100
ИТОГО	35		6,75	2,43	84,33	471

ГЛ.БУХГАЛТЕР
ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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