

УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР ООО «Азбука»
 ЧЕРНЯВИНА О.А.

СОГЛАСОВАНО
 ДИРЕКТОР ШКОЛЫ № 29
 ЛЯХОВ А.В.

МЕНЮ НА 16 ЯНВАРЯ 2023 ГОДА

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн. ккал.
КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	17,53	245/8	15,11	15,37	38,85	354
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	4,24	200	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		19,17	15,83	78,37	532

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	21,88	285/11	17,55	17,9	44,9	414
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	4,24	200	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		22,37	18,44	89,28	615

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн. ккал.
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	4,31	60	0,96	3,04	5	52
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПТИЦЕЙ	15,99	250/16	9,47	5,68	20,03	164
ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ	29,59	100(50/50)	14,28	18,06	7,27	220
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	6,49	150	5,1	9,15	34,2	244
ЧАЙ 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		34,65	36,85	116,83	901

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	7,18	100	1,6	5,07	8,33	87
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПТИЦЕЙ	18,79	250/21	8,09	7,02	20,95	172
ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ	29,59	100(50/50)	14,28	18,06	7,27	220
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	7,82	180	6,38	10,9	41	287
ЧАЙ 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		35,19	41,97	127,88	987

ПОЛДНИК

БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	6,51	100	7,44	13,16	60,9	392
СОК ФРУКТОВЫЙ	22,39	200	1,4	0,2	26,4	120
ИТОГО	28,9		8,84	13,36	87,3	512

ГЛ. БУХГАЛТЕР
 ЗАВ. ПРОИЗВОДСТВОМ
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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