

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО «Азбука»  
ЧЕРНЯВИНА О.А.

СОЛ ЛАСОВЯНКО  
Директор гимназии № 1  
Аллабергенова Л.И.

МЕНЮ НА 29 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОДА

**ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)**

СЫР ПОРЦИЯМИ  
КАША МОЛ. МАННАЯ С МАСЛОМ  
ЧАИ С ЛИМОНОМ  
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  
ИТОГО

Цена,руб.	выход,гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
6,85	10	2,45	2,85	0	36
15,09	285/5	11,66	14,51	32,25	306
4,18	200	0,26	0,06	15,22	59
3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
<b>30</b>		<b>18,93</b>	<b>17,9</b>	<b>76,63</b>	<b>543</b>

**ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОК  
СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ ПТИЦЕЙ  
КОТЛЕТЫ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ  
РИС ОТВАРНОЙ  
КОМПОТ ИЗ СВ. ЯБЛОК  
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ  
ИТОГО

7,57	100	1,21	5,1	11,1	90
10,31	250/5	4,09	3,57	20,84	146
29,65	100(50/50)	12,7	10,1	12,6	184
14,42	180	4,58	10,8	42,84	275
7,21	200	0,2	1,16	27,88	115
2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>72</b>		<b>27,28</b>	<b>31,63</b>	<b>141,06</b>	<b>936</b>

ГЛ. БУХГАЛТЕР  
ЗАВ. ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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