

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО «Азбука»  
ЧЕРНЯВИНА О.А.

МЕНЮ НА 18 ЯНВАРЯ 2024 ГОДА

СОГЛАСОВАНО  
Директор гимназии № 1  
Аллабергенова Л.И.

	цена,руб.	выход,гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
<b>ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)</b>						
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	23,78	285/12	14,16	17,89	42,63	388
ЧАИ С САХАРОМ	1,95	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,27	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		18,92	18,42	86,8	587
<b>ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	11,23	100	0,79	10,07	3,02	105
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	9,65	250	2,32	2,85	17,4	105
КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ С СОУСОМ	28,16	100(50/50)	11,7	9,8	7,5	168
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	8,2	180	6,38	10,9	41	292
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	11,64	200.	0,4	0,08	29,85	122
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	72		26,09	34,6	124,57	918

ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

ЕГОРОВА И.В.  
ЕГОРОВА И. И.