

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО «Азбука»

ЧЕРНЯВИНА О.А.

МЕНЮ НА 14 ОКТЯБРЯ 2026 ГОДА



СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МБОУ «СОШ № 27»

ЖУКОВА Л.М.

**ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)**

|                            | цена руб. | выход гр. | белки        | жиры         | углеводы     | энергет. ценн., ккал. |
|----------------------------|-----------|-----------|--------------|--------------|--------------|-----------------------|
| СЫР ПОРЦИЯМИ               | 8,21      | 10        | 2,45         | 2,85         | 0            | 36                    |
| КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ | 31,77     | 245/16    | 12,16        | 13,93        | 36,62        | 321                   |
| ЧАИ С ЛИМОНОМ              | 4,33      | 200       | 0,26         | 0,06         | 15,22        | 59                    |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ             | 4,69      | 50        | 3,8          | 0,4          | 24,3         | 119                   |
| <b>ИТОГО</b>               | <b>49</b> |           | <b>18,67</b> | <b>17,24</b> | <b>76,14</b> | <b>535</b>            |

**ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)**

|                            |           |        |              |              |              |            |
|----------------------------|-----------|--------|--------------|--------------|--------------|------------|
| СЫР ПОРЦИЯМИ               | 8,21      | 10     | 2,45         | 2,85         | 0            | 36         |
| КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ | 42,83     | 285/24 | 13,96        | 16,44        | 42,6         | 375        |
| ЧАИ С ЛИМОНОМ              | 4,33      | 200    | 0,26         | 0,06         | 15,22        | 59         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ             | 5,63      | 60.    | 4,56         | 0,48         | 29,16        | 142        |
| <b>ИТОГО</b>               | <b>61</b> |        | <b>21,23</b> | <b>19,83</b> | <b>86,98</b> | <b>612</b> |

**ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)**

|                                          |            |           |              |              |              |            |
|------------------------------------------|------------|-----------|--------------|--------------|--------------|------------|
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                          | 4,23       | 60.       | 0,78         | 5,46         | 6,1          | 77         |
| ЩИ ИЗ СВ. КАП. С КАРТ. С МЯСОМ, СО СМЕТА | 27,92      | 250/11/5  | 2,85         | 6,54         | 7,73         | 107        |
| КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ СОУСОМ           | 42,34      | 90(50/40) | 10,59        | 8,87         | 6,76         | 150        |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                        | 16,55      | 150.      | 3,7          | 6,7          | 22,9         | 167        |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ              | 14,67      | 200       | 0,44         | 0            | 28,88        | 116        |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                     | 4,29       | 60        | 4,5          | 0,9          | 25,8         | 126        |
| <b>ИТОГО</b>                             | <b>110</b> |           | <b>22,86</b> | <b>28,47</b> | <b>98,17</b> | <b>743</b> |

**ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)**

|                                          |            |            |              |              |               |            |
|------------------------------------------|------------|------------|--------------|--------------|---------------|------------|
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                          | 7,05       | 100        | 1,3          | 9,4          | 10,2          | 127        |
| ЩИ ИЗ СВ. КАП. С КАРТ. С МЯСОМ, СО СМЕТА | 32,67      | 250/14/5   | 2,85         | 6,54         | 7,73          | 107        |
| КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ СОУСОМ           | 43,46      | 100(50/50) | 11,7         | 9,8          | 7,5           | 168        |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                        | 19,86      | 180.       | 4,4          | 7,4          | 26,41         | 185        |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ              | 14,67      | 200        | 0,44         | 0            | 28,88         | 116        |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                     | 4,29       | 60         | 4,5          | 0,9          | 25,8          | 126        |
| <b>ИТОГО</b>                             | <b>122</b> |            | <b>25,19</b> | <b>34,04</b> | <b>106,52</b> | <b>829</b> |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

БОРЦОВА Е.Ю.  
ЕГОРОВА И. И.