

УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР ООО «Азбука»
 ЧЕРНЯВИНА О.А.



СОГЛАСОВАНО
 ДИРЕКТОР МБОУ «СОШ № 27»
 ЖУКОВА Л.М.

МЕНЮ НА 13 — 17 ЯНВАРЯ 2025 ГОДА
 СВОБОДНЫЙ ВЫБОР ДЛЯ УЧИТЕЛЕЙ

| | цена.руб. | выход.гр. | белки | жиры | углеводы | энергет. ценн.,ккал. |
|---|-----------|-----------|-------|-------|----------|----------------------|
| ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА | | | | | | |
| САЛАТ ГРЕЧЕСКИЙ | 44,2 | 100. | 4,42 | 15,56 | 2,92 | 173 |
| САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С ЗЕЛ | 32,85 | 100 | 0,9 | 10,11 | 3,47 | 109 |
| СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ | 37,28 | 50/40/20 | 0,56 | 5 | 4,64 | 136 |
| САЛАТ ИЗ КВАШ. КАПУСТЫ С ЗЕЛЕНЬЮ | 23,73 | 150 | 2,4 | 7,61 | 12,5 | 131 |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 8,22 | 100 | 1,3 | 9,4 | 10,2 | 127 |
| САЛАТ ПОЛОНЫНСКИЙ С ЗЕЛЕНЬЮ | 26,36 | 100. | 1,16 | 10,07 | 4,57 | 114 |
| ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЬЮ | 13,29 | 100 | 1,37 | 10,14 | 7,55 | 126 |
| ПЕРВЫЕ БЛЮДА | | | | | | |
| СОЛЯНКА ДОМАШНЯЯ СО СМЕТАНОИ С ЗЕЛЕИ | 42,35 | 250/5 | 6,68 | 12,57 | 7,31 | 182 |
| ВТОРЫЕ БЛЮДА | | | | | | |
| ГОРБУША ЗАПЕЧ. С СЫРОМ | 79,17 | 105. | 24,34 | 35,49 | 2,34 | 427 |
| ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 88,81 | 50/50 | 14,75 | 13,14 | 3,3 | 191 |
| КОТЛЕТЫ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ, ЗАПЕЧ. СОУС | 80,6 | 105 | 15,90 | 16,20 | 11,48 | 256 |
| ПИКША ЖАРЕНАЯ | 73,88 | 100. | 21,09 | 6,65 | 4,13 | 161 |
| КОТЛЕТЫ ОСОБЫЕ | 67,38 | 100. | 15,41 | 13,81 | 11,64 | 235 |
| ГОРБУША (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ | 85,32 | 100. | 24,69 | 8,20 | 0,45 | 175 |
| ПОДЖАРКА ИЗ СВИНИНЫ | 56,85 | 50/50 | 9,48 | 39,93 | 2,58 | 408 |
| ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ | 61,89 | 50/150 | 17,36 | 15,19 | 18,35 | 285 |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 55,93 | 50/150 | 26,96 | 8,96 | 37,35 | 340 |
| ПТИЦА ОТВАРНАЯ (БЕДРО) | 43,58 | 100. | 24,56 | 21,09 | 1,01 | 242 |
| ПТИЦА ОТВАРНАЯ (ФИЛЕ) | 74,45 | 100. | 29,8 | 2,39 | 0,86 | 144 |
| ПЕЧЕНЬ ЖАРЕНАЯ | 81,58 | 100. | 27,32 | 17,44 | 10,82 | 282 |
| ШАШЛЫК ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ | 94,07 | 100. | 34,43 | 11,59 | 7,45 | 271 |
| ПЕЛЬМЕНИ ОТВАРНЫЕ СО СМЕТАНОИ | 68,01 | 150/20 | 14,82 | 23,88 | 26,26 | 382 |
| ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С ДЖЕМОМ | 58,04 | 100/20 | 21 | 9,42 | 18,36 | 280 |
| ГАРНИР | | | | | | |
| КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ | 54,43 | 180. | 5,27 | 10,94 | 42,54 | 299 |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ (МАКФА) | 17,46 | 180 | 6,38 | 5,87 | 42,62 | 253 |
| РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ | 28,63 | 180. | 4,54 | 12,41 | 43,11 | 307 |
| КАПУСТА СВ. ТУШЕНАЯ | 22,01 | 180. | 4,32 | 5,42 | 18,36 | 138 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 12,43 | 180 | 10,51 | 7,94 | 51,7 | 325 |
| ТРЕТЬИ БЛЮДА | | | | | | |
| СОК ФРУКТОВЫИ | 24,92 | 200 | 1,4 | 0,2 | 26,4 | 120 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 4,47 | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,3 | 119 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 2,04 | 30 | 2,25 | 0,45 | 12,9 | 63 |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

БОРЦОВА Е.Ю.
 ЕГОРОВА И.И.