

УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР ООО «Азбука»
 ЧЕРНЯВИНА О.А.

СОГЛАСОВАНО
 ДИРЕКТОР ШКОЛЫ № 27
 ЖУКОВА Л.М.

МЕНЮ НА 30 СЕНТЯБРЯ 2024 ГОДА
 СВОБОДНЫЙ ВЫБОР ДЛЯ УЧИТЕЛЕЙ

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА						
САЛАТ ЦЕЗАРЬ	42,45	100.	13,94	15,35	5,3	217
САЛАТ ГРЕЧЕСКИЙ	36,47	100.	4,42	15,56	2,92	173
САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С ЗЕЛ	20,66	100	0,9	10,11	3,47	109
САЛАТ МЯСНОЙ С ЗЕЛЕНЬЮ	23,96	100.	6,47	19,15	7,35	228
САЛАТ КОРЕИСКИ	21,36	100.	1,2	7,56	6,18	97
САЛАТ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ	25,6	100.	1,66	10,21	4,56	117
СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	30,86	50/40/20	0,56	5	4,64	136
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	5,29	100	1,3	9,4	10,2	127
ПЕРВЫЕ БЛЮДА						
СОЛЯНКА ДОМАШНЯЯ СО СМЕТАНОИ С ЗЕЛЕИ	39,75	250/5	6,68	12,57	7,31	182
ВТОРЫЕ БЛЮДА						
ГОРБУША ЗАПЕЧ. С СЫРОМ	71,31	105.	24,34	35,49	2,34	427
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	68,01	50/50	14,75	13,14	3,3	191
МЯСО ПО РОССИИСКИ	62,15	55	14,53	20,35	1,17	246
КОТЛЕТЫ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ, ЗАПЕЧ. СОУС	69,62	105	15,90	16,20	11,48	256
ПИКША ЖАРЕНАЯ	61,98	100.	21,09	6,65	4,13	161
КОТЛЕТЫ ОСОБЫЕ	54,24	100.	15,41	13,81	11,64	235
ЭСКАЛОП	92,4	108.	21,92	68,38	0	704
ГОРБУША (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	76,2	100.	24,69	8,20	0,45	175
ПОДЖАРКА ИЗ СВИНИНЫ	54,6	50/50	9,48	39,93	2,58	408
ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	47,95	50/150	17,36	15,19	18,35	285
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	48,67	50/150	26,96	8,96	37,35	340
ПТИЦА ОТВАРНАЯ (БЕДРО)	43,52	100.	24,56	21,09	1,01	242
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С ДЖЕМОМ	51,47	100/20	21	9,42	18,36	280
ГАРНИР						
КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ	35,81	180.	5,27	10,94	42,54	299
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ (МАКФА)	16,98	180	6,38	5,87	42,62	253
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	22,45	180.	4,54	12,41	43,11	307
КАПУСТА СВ. ТУШЕНАЯ	17,75	180.	4,32	5,42	18,36	138
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	11,95	180	10,51	7,94	51,7	325
ТРЕТЬИ БЛЮДА						
СОК ФРУКТОВЫИ	25,45	200	1,4	0,2	26,4	120
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,91	50	3,8	0,4	24,3	119
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	1,72	30	2,25	0,45	12,9	63

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

БОРЦОВА Е.Ю.
 ЕГОРОВА И.И.