

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ЦО «Центр»

МИШИНА Н.В.

МЕНЮ НА 14 ОКТЯБРЯ 2024 ГОДА



СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР ГИМНАЗИИ № 5
ИСАЕВА И.В.

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	18,97	245/5	15,09	13,92	38,82	340
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	6,72	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,31	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	30		19,23	14,34	87,65	554
ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	23,11	285/7	17,55	17,9	44,9	414
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	6,72	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	5,17	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	35		22,45	18,4	98,59	651
ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ	12,32	60.	0,63	6,07	2,7	68
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПТИЦЕЙ	13,33	250/7	7,79	4,23	19,98	148
ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ	30,44	90(40/50)	11,62	16,26	7,2	221
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	9,16	150	5,1	9,15	34,2	244
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	3,97	200.	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,78	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	73		29,9	36,67	105,1	866
ОБЕД (С 12 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ	20,54	100.	1,06	10,13	4,52	114
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	11,6	250	6	2,96	19,92	131
ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ	31,08	100(40/60)	12,05	16,93	8,9	236
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	11,03	180	6,38	10,9	41	287
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	3,97	200.	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,78	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	82		30,25	41,88	115,36	953
ПОЛДНИК						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	6,97	100.	7,44	13,16	60,9	392
СОК ФРУКТОВЫЙ	25,45	200	1,4	0,2	26,4	120
АПЕЛЬСИНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	12,58	43	0,39	0,09	3,48	17
ИТОГО	45		9,23	13,45	90,78	529

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

СОРОКИНА Н.В.
ЕГОРОВА И.И.