

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»

МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР ГИМНАЗИИ № 5

ИСАЕВА И.В.

МЕНЮ НА 12 НОЯБРЯ 2024 ГОДА

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жирь	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	21,89	245/6	13,96	12,12	32,09	294
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	3,8	200.	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,31	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	30		18,02	12,58	71,61	472

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	26,03	285/7	16,27	14,7	37,37	348
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	3,8	200.	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	5,17	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	35		21,09	15,24	81,75	549

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	3,28	60.	0,93	3,05	5,65	53
БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СИ	20,5	250/10/5	4,18	5,6	13,39	132
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	31,56	90(50/40)	9,25	9,6	12,2	184
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	8,41	150	4,61	5,53	22,63	161
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	7,47	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,78	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	75		23,67	25,84	107,55	771

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	5,47	100	1,55	5,08	9,42	88
БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СИ	22,67	250/12,5/5	4,78	6,13	13,4	135
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	32,52	100(50/50)	9,45	10	13	192
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	10,09	180	5,53	6,64	27,16	193
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	7,47	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,78	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	82		26,01	29,91	116,66	849

ПОЛДНИК

ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	14,79	75	8,46	7,34	31,9	229
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	8,84	200	0,2	0,04	25,73	100
ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ	21,37	180	0,72	0,72	17,64	81
ИТОГО	45		9,38	8,1	75,27	410

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

СОРОКИНА Н.В.
ЕГОРОВА И.И.