

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.



МЕНЮ НА 24 ДЕКАБРЯ 2024 ГОДА

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МАОУ «Гимназия № 5»
ИСАЕВА И.В.



| | цена.руб. | выход.гр. | белки | жиры | углеводы | энергет. ценн.,ккал. |
|---|-----------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------------|
| ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ) | | | | | | |
| КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ | 21,65 | 245/5 | 13,96 | 12,12 | 32,09 | 294 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 4,04 | 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 | 25,79 | 285/6 | 16,27 | 14,7 | 37,37 | 348 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 4,04 | 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 | 5,51 | 60. | 0,93 | 3,05 | 5,65 | 53 |
| БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. СО СМЕТАНОЙ | 17,19 | 250/5 | 2,8 | 5,48 | 10,75 | 107 |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ | 31,86 | 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 | 8,25 | 200 | 0,2 | 1,16 | 27,88 | 115 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 3,78 | 60 | 4,5 | 0,9 | 25,8 | 126 |
| ИТОГО | 75 | | 22,29 | 25,72 | 104,91 | 746 |
| ОБЕД (С 12 ЛЕТ) | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 9,23 | 100 | 1,55 | 5,08 | 9,42 | 88 |
| БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО | 17,79 | 250/5/5 | 3,95 | 6,86 | 13,29 | 127 |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ | 32,86 | 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 | 8,25 | 200 | 0,2 | 1,16 | 27,88 | 115 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 3,78 | 60 | 4,5 | 0,9 | 25,8 | 126 |
| ИТОГО | 82 | | 25,18 | 30,64 | 116,55 | 841 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 16,31 | 75 | 8,46 | 7,34 | 31,9 | 229 |
| НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ | 6,86 | 200 | 0,2 | 0,04 | 25,73 | 100 |
| ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ | 21,83 | 161 | 0,64 | 0,64 | 15,78 | 72 |
| ИТОГО | 45 | | 9,3 | 8,02 | 73,41 | 401 |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

СОРОКИНА Н.В.
ЕГОРОВА И.И.