

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
МИШИНА Н.В.



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



МЕНЮ НА 30 ЯНВАРЯ 2025 ГОДА

цена.руб. выход.гр. белки жиры углеводы энергет. ценн.,ккал.

**ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)**

СЫР ПОРЦИЯМИ	7,57	10	2,45	2,85	0	36
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	21,21	245/5	13,72	13,91	33,66	314
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	6,75	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,47	50	3,8	0,4	24,3	119
<b>ИТОГО</b>	<b>40</b>		<b>20,31</b>	<b>17,18</b>	<b>82,49</b>	<b>564</b>

**ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)**

СЫР ПОРЦИЯМИ	11,35	15	3,67	4,27	0	54
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	27,43	285/8	15,85	15,07	39,09	355
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	6,75	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,47	50	3,8	0,4	24,3	119
<b>ИТОГО</b>	<b>50</b>		<b>23,66</b>	<b>19,76</b>	<b>87,92</b>	<b>623</b>

**ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	20,18	60.	0,58	6,07	2,19	66
СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ С ПТИЦЕ	18,42	250/5	3,98	3,16	21,04	128
БИТОЧКИ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ	28,97	90(50/40)	11,51	9,12	11,38	174
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	9,49	150	2,25	6	23,7	164
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	8,86	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	4,08	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>90</b>		<b>23,02</b>	<b>26,41</b>	<b>111,99</b>	<b>773</b>

**ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	27,02	100	0,9	10,11	3,47	109
СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ С ПТИЦЕ	18,42	250/5	3,98	3,16	21,04	128
БИТОЧКИ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ	30,23	100(50/50)	12,7	10,1	12,6	184
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	11,39	180	2,7	7,2	28,5	209
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	8,86	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	4,08	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>100</b>		<b>24,98</b>	<b>32,63</b>	<b>119,29</b>	<b>871</b>

**ПОЛДНИК**

ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	16,1	75	8,46	7,34	31,9	229
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	13,25	200	1,04	0	30,96	123
АПЕЛЬСИНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	15,65	75	0,68	0,15	6,08	30
<b>ИТОГО</b>	<b>45</b>		<b>10,18</b>	<b>7,49</b>	<b>68,94</b>	<b>382</b>

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

СОРОКИНА Н.В.  
ЕГОРОВА И.И.