

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
МИШИНА Н.В.



МЕНЮ НА 14 МАРТА 2025 ГОДА

СОГЛАСОВАНО

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



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

**ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)**

|                              |           |       |              |             |              |            |
|------------------------------|-----------|-------|--------------|-------------|--------------|------------|
| МАСЛО ПОРЦИЯМИ               | 11,9      | 10    | 0,05         | 7,25        | 0,08         | 66         |
| КАША МОЛ. ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ | 21,31     | 245/5 | 11,41        | 14          | 36,86        | 320        |
| ЧАЙ С САХАРОМ                | 2,32      | 200.  | 0,2          | 0,05        | 15,01        | 57         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ               | 4,47      | 50    | 3,8          | 0,4         | 24,3         | 119        |
| <b>ИТОГО</b>                 | <b>40</b> |       | <b>15,46</b> | <b>21,7</b> | <b>76,25</b> | <b>562</b> |

**ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)**

|                              |           |        |              |              |              |            |
|------------------------------|-----------|--------|--------------|--------------|--------------|------------|
| МАСЛО ПОРЦИЯМИ               | 11,9      | 10     | 0,05         | 7,25         | 0,08         | 66         |
| КАША МОЛ. ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ | 31,31     | 285/10 | 13,27        | 16,52        | 42,88        | 373        |
| ЧАЙ С САХАРОМ                | 2,32      | 200.   | 0,2          | 0,05         | 15,01        | 57         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ               | 4,47      | 50     | 3,8          | 0,4          | 24,3         | 119        |
| <b>ИТОГО</b>                 | <b>50</b> |        | <b>17,32</b> | <b>24,22</b> | <b>82,27</b> | <b>615</b> |

**ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)**

|                                   |           |            |              |              |              |            |
|-----------------------------------|-----------|------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ | 10,79     | 60         | 0,07         | 7,74         | 1,44         | 76         |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ         | 14,67     | 200.       | 2            | 2,37         | 14,56        | 88         |
| ГУЛЯШ                             | 46,6      | 100(50/50) | 10,64        | 14,09        | 2,89         | 181        |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ       | 9,53      | 150        | 5,1          | 9,15         | 34,2         | 241        |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                     | 4,33      | 200.       | 0,26         | 0,06         | 15,22        | 59         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ              | 4,08      | 60         | 4,5          | 0,9          | 25,8         | 126        |
| <b>ИТОГО</b>                      | <b>90</b> |            | <b>22,57</b> | <b>34,31</b> | <b>94,11</b> | <b>771</b> |

**ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)**

|                                   |            |            |              |              |               |            |
|-----------------------------------|------------|------------|--------------|--------------|---------------|------------|
| САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ | 12,15      | 100        | 0,1          | 12,9         | 2,5           | 126        |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ С МЯСОМ | 21,37      | 250/5      | 3,4          | 3,51         | 17,44         | 114        |
| ГУЛЯШ                             | 46,6       | 100(50/50) | 10,64        | 14,09        | 2,89          | 181        |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ       | 11,47      | 180        | 6,38         | 10,9         | 41            | 292        |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                     | 4,33       | 200.       | 0,26         | 0,06         | 15,22         | 59         |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ              | 4,08       | 60         | 4,5          | 0,9          | 25,8          | 126        |
| <b>ИТОГО</b>                      | <b>100</b> |            | <b>25,28</b> | <b>42,36</b> | <b>104,85</b> | <b>898</b> |

**ПОЛДНИК**

|                   |              |      |             |            |             |            |
|-------------------|--------------|------|-------------|------------|-------------|------------|
| БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ | 20,62        | 100. | 13,3        | 3,6        | 11,9        | 296        |
| СОК ФРУКТОВЫЙ     | 27,93        | 200  | 1,4         | 0,2        | 26,4        | 120        |
| <b>ИТОГО</b>      | <b>48,55</b> |      | <b>14,7</b> | <b>3,8</b> | <b>38,3</b> | <b>416</b> |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

*Согласовано*

СОРОКИНА Н.В.  
ЕГОРОВА И.И.