

УТВЕРЖДАЮ  
 ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
 МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 21 НОЯБРЯ 2025 ГОДА

**ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)**

|                           | цена.руб. | выход.гр. | белки        | жиры         | углеводы     | энергет. ценн.,ккал. |
|---------------------------|-----------|-----------|--------------|--------------|--------------|----------------------|
| МАСЛО ПОРЦИЯМИ            | 15,75     | 15        | 0,08         | 10,9         | 0,12         | 99                   |
| КАША МОЛ. МАННАЯ С МАСЛОМ | 23,81     | 245/8     | 11           | 14,03        | 27,71        | 280                  |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ             | 4,75      | 200       | 0,26         | 0,06         | 15,22        | 59                   |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ            | 4,69      | 50        | 3,8          | 0,4          | 24,3         | 119                  |
| <b>ИТОГО</b>              | <b>49</b> |           | <b>15,14</b> | <b>25,39</b> | <b>67,35</b> | <b>557</b>           |

**ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)**

|                           |           |        |              |             |              |            |
|---------------------------|-----------|--------|--------------|-------------|--------------|------------|
| МАСЛО ПОРЦИЯМИ            | 21        | 20     | 0,1          | 14,5        | 0,16         | 132        |
| КАША МОЛ. МАННАЯ С МАСЛОМ | 30,56     | 285/13 | 12,11        | 14,44       | 32,25        | 307        |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ             | 4,75      | 200    | 0,26         | 0,06        | 15,22        | 59         |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ            | 4,69      | 50     | 3,8          | 0,4         | 24,3         | 119        |
| <b>ИТОГО</b>              | <b>61</b> |        | <b>16,27</b> | <b>29,4</b> | <b>71,93</b> | <b>617</b> |

**ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)**

|   |            |           |              |              |               |            |
|---|------------|-----------|--------------|--------------|---------------|------------|
| ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)       | 14,2       | 60.       | 0,48         | 0,12         | 3,12          | 12         |
| СУП КАРТОФ. С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛ., С МЯС | 31,25      | 250/15    | 6,68         | 4,98         | 18,5          | 145        |
| КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ СОУСОМ          | 34,16      | 90(50/40) | 10,59        | 8,87         | 6,76          | 150        |
| РИС ОТВАРНОЙ                            | 13,73      | 150       | 3,6          | 9            | 35,7          | 238        |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                        | 12,37      | 200       | 1,04         | 0            | 30,96         | 123        |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                    | 4,29       | 60        | 4,5          | 0,9          | 25,8          | 126        |
| <b>ИТОГО</b>                            | <b>110</b> |           | <b>26,89</b> | <b>23,87</b> | <b>120,84</b> | <b>794</b> |

**ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)**

|   |            |            |             |              |               |            |
|---|------------|------------|-------------|--------------|---------------|------------|
| САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ        | 26,12      | 100        | 0,9         | 10,11        | 3,47          | 109        |
| СУП КАРТОФ. С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛ., С МЯС | 27,46      | 250/12,5   | 6,68        | 4,98         | 18,5          | 145        |
| КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ СОУСОМ          | 35,28      | 100(50/50) | 11,7        | 9,8          | 7,5           | 168        |
| РИС ОТВАРНОЙ                            | 16,48      | 180        | 4,58        | 10,8         | 42,84         | 275        |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                        | 12,37      | 200        | 1,04        | 0            | 30,96         | 123        |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                    | 4,29       | 60         | 4,5         | 0,9          | 25,8          | 126        |
| <b>ИТОГО</b>                            | <b>122</b> |            | <b>29,4</b> | <b>36,59</b> | <b>129,07</b> | <b>946</b> |

**ПОЛДНИК**

|                          |           |      |              |             |              |            |
|--------------------------|-----------|------|--------------|-------------|--------------|------------|
| БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ        | 19,7      | 100. | 13,3         | 3,6         | 11,9         | 296        |
| СОК ФРУКТОВЫЙ            | 27,93     | 200  | 1,4          | 0,2         | 26,4         | 120        |
| ПЛОДЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ) | 17,37     | 69   | 0,55         | 0,21        | 5,59         | 28         |
| <b>ИТОГО</b>             | <b>65</b> |      | <b>15,25</b> | <b>4,01</b> | <b>43,89</b> | <b>444</b> |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



СОРОКИНА Н.В.  
 ЕГОРОВА И.И.