

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО «Центр»

МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МАОУ «Гимназия № 5»

ИСАЕВА И.В.

МЕНЮ НА 25 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. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ | 26,55 | 245/11 | 13,96 | 12,12 | 32,09 | 294 |
| ЧАИ С САХАРОМ | 2,01 | 200. | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 4,69 | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,3 | 119 |
| ИТОГО | 49 | | 18,04 | 23,47 | 71,52 | 569 |

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

| | | | | | | |
|----------------------------|-----------|--------|--------------|--------------|--------------|------------|
| МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 21 | 20 | 0,1 | 14,5 | 0,16 | 132 |
| КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ | 33,3 | 285/15 | 16,27 | 14,7 | 37,37 | 348 |
| ЧАИ С САХАРОМ | 2,01 | 200. | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 4,69 | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,3 | 119 |
| ИТОГО | 61 | | 20,37 | 29,65 | 76,84 | 656 |

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

| | | | | | | |
|--|------------|-----------|--------------|--------------|---------------|------------|
| САЛАТ ПОЛОНЫНСКИЙ | 15,73 | 60 | 0,7 | 6,42 | 2,74 | 71 |
| БОРЩ С КАП. И КАРТ. С МЯСОМ, СО СМЕТАНОЙ | 32,78 | 250/15/5 | 6,22 | 8,35 | 13,29 | 153 |
| ТЕФТЕЛИ | 40,33 | 90(60/30) | 11,5 | 13,7 | 10,3 | 206 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 9,63 | 150 | 8,76 | 6,62 | 43,08 | 271 |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 7,24 | 200 | 0,2 | 0,04 | 25,73 | 100 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 4,29 | 60 | 4,5 | 0,9 | 25,8 | 126 |
| ИТОГО | 110 | | 31,88 | 36,03 | 120,94 | 927 |

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

| | | | | | | |
|--|------------|------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| САЛАТ ПОЛОНЫНСКИЙ | 24,7 | 100. | 1,16 | 10,07 | 4,57 | 114 |
| БОРЩ С КАП. И КАРТ. С МЯСОМ, СО СМЕТАНОЙ | 32,78 | 250/15/5 | 6,22 | 8,35 | 13,29 | 153 |
| ТЕФТЕЛИ | 41,44 | 100(60/40) | 12,8 | 15,22 | 11,44 | 229 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 11,55 | 180 | 10,51 | 7,94 | 51,7 | 325 |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 7,24 | 200 | 0,2 | 0,04 | 25,73 | 100 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 4,29 | 60 | 4,5 | 0,9 | 25,8 | 126 |
| ИТОГО | 122 | | 35,39 | 42,52 | 132,53 | 1047 |

ПОЛДНИК

| | | | | | | |
|-----------------------------|-----------|-------|-------------|-------------|--------------|------------|
| СОСИСКА В ТЕСТЕ | 14,26 | 25/25 | 4,98 | 7,3 | 14,95 | 145 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 11,95 | 200 | 0,44 | 0 | 28,88 | 116 |
| ПЛОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) | 38,79 | 254 | 1,02 | 1,02 | 24,89 | 114 |
| ИТОГО | 65 | | 6,44 | 8,32 | 68,72 | 375 |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

СОРОКИНА Н.В.
ЕГОРОВА И.И.