

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 27 НОЯБРЯ 2025 ГОДА

**ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)**

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	10,5	10	0,05	7,25	0,08	66
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	26,88	245/11	13,72	13,91	33,66	314
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	6,93	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,69	50	3,8	0,4	24,3	119
<b>ИТОГО</b>	<b>49</b>		<b>17,91</b>	<b>21,58</b>	<b>82,57</b>	<b>594</b>

**ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)**

МАСЛО ПОРЦИЯМИ	21	20	0,1	14,5	0,16	132
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	28,38	285/10	15,85	15,07	39,09	355
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	6,93	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,69	50	3,8	0,4	24,3	119
<b>ИТОГО</b>	<b>61</b>		<b>20,09</b>	<b>29,99</b>	<b>88,08</b>	<b>701</b>

**ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	15,88	60.	0,58	6,07	2,19	66
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	38,35	250/25	5,16	3,39	20,07	131
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ	29,33	90(50/40)	15,6	8,57	14,52	198
РИС ОТВАРНОЙ	13,73	150	3,6	9	35,7	238
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	8,42	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	4,29	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>110</b>		<b>29,64</b>	<b>29,09</b>	<b>126,16</b>	<b>874</b>

**ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	26,46	100	0,9	10,11	3,47	109
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	35,9	250/22	5,16	3,39	20,07	131
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ	30,45	100(50/50)	12,7	10,1	12,6	184
РИС ОТВАРНОЙ	16,48	180	4,58	10,8	42,84	275
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	8,42	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	4,29	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>122</b>		<b>28,04</b>	<b>36,46</b>	<b>132,66</b>	<b>940</b>

**ПОЛДНИК**

ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	15,16	75	8,46	7,34	31,9	229
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	12,37	200	1,04	0	30,96	123
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	37,47	191	1,72	0,38	15,47	76
<b>ИТОГО</b>	<b>65</b>		<b>11,22</b>	<b>7,72</b>	<b>78,33</b>	<b>428</b>

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

СОРОКИНА Н.В.  
ЕГОРОВА И.И.