

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 11 ДЕКАБРЯ 2025 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)						
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
ИТОГО	49		17,91	21,58	82,57	594
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
ИТОГО	61		20,09	29,99	88,08	701
ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	15,37	60.	0,58	6,07	2,19	66
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	38,86	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
ИТОГО	110		29,64	29,09	126,16	874
ОБЕД (С 12 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	25,62	100	0,9	10,11	3,47	109
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	36,74	250/23	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
ИТОГО	122		28,04	36,46	132,66	940
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	195	1,76	0,39	15,8	78
ИТОГО	65		11,26	7,73	78,66	430

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

СОРОКИНА Н.В.
ЕГОРОВА И.И.