

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО «Центро»  
МИШИНА Н.В.



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



МЕНЮ НА 12 ДЕКАБРЯ 2025 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
<b>ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
СЫР ПОРЦИЯМИ	16,42	20	4,9	5,7	0	72
КАША МОЛ. ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	25,88	245/10	11,41	14	36,86	320
ЧАЙ С САХАРОМ	2,01	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,69	50	3,8	0,4	24,3	119
<b>ИТОГО</b>	<b>49</b>		<b>20,31</b>	<b>20,15</b>	<b>76,17</b>	<b>568</b>
<b>ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)</b>						
СЫР ПОРЦИЯМИ	16,42	20	4,9	5,7	0	72
КАША МОЛ. ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	37,88	285/19	13,27	16,52	42,88	373
ЧАЙ С САХАРОМ	2,01	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,69	50	3,8	0,4	24,3	119
<b>ИТОГО</b>	<b>61</b>		<b>22,17</b>	<b>22,67</b>	<b>82,19</b>	<b>621</b>
<b>ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	13,55	60	0,47	6,04	1,81	63
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ, С МЯСОМ	30,26	250/15	6,1	5,33	17,4	141
ГУЛЯШ	48,69	100(50/50)	10,64	14,09	2,89	181
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	8,79	150	5,1	9,15	34,2	241
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	4,42	200.	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	4,29	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>110</b>		<b>27,07</b>	<b>35,57</b>	<b>97,32</b>	<b>811</b>
<b>ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	22,58	100	0,79	10,07	3,02	105
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ, С МЯСОМ	31,43	250/16	6,1	5,33	17,4	141
ГУЛЯШ	48,69	100(50/50)	10,64	14,09	2,89	181
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	10,59	180	6,38	10,9	41	292
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	4,42	200.	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	4,29	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>122</b>		<b>28,67</b>	<b>41,35</b>	<b>105,33</b>	<b>904</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
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 (ЯБЛОКИ)	17,37	118	0,47	0,47	11,56	53
<b>ИТОГО</b>	<b>65</b>		<b>15,17</b>	<b>4,27</b>	<b>49,86</b>	<b>469</b>

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

СОРОКИНА Н.В.  
ЕГОРОВА И.И.