

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 22 ДЕКАБРЯ 2025 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
<b>ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)</b>						
СЫР ПОРЦИЯМИ	12,32	15	3,67	4,27	0	54
КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	25,06	245/10	15,09	13,92	38,82	340
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>22,9</b>	<b>18,61</b>	<b>87,65</b>	<b>608</b>
<b>ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)</b>						
СЫР ПОРЦИЯМИ	16,42	20	4,9	5,7	0	72
КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	32,96	285/15	17,35	16,45	44,87	397
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>26,39</b>	<b>22,57</b>	<b>93,7</b>	<b>683</b>
<b>ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)</b>						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОР	12,6	60.	0,48	0,12	3,12	12
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ, С МЯС	38,77	250/21	9,35	5,11	19,96	169
ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	41,24	100(50/50)	14,28	18,06	7,27	248
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	8,79	150	5,1	9,15	34,2	241
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	4,31	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>33,97</b>	<b>33,4</b>	<b>105,57</b>	<b>855</b>
<b>ОБЕД (С 12 ЛЕТ)</b>						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОР	21	100	0,8	0,2	5,2	20
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ, С МЯС	40,57	250/22	9,35	5,11	19,96	169
ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	41,24	100(50/50)	14,28	18,06	7,27	248
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	10,59	180	6,38	10,9	41	292
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	4,31	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>35,57</b>	<b>35,23</b>	<b>114,45</b>	<b>914</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	6,94	100.	7,44	13,16	60,9	392
СОК ФРУКТОВЫЙ	27,93	200	1,4	0,2	26,4	120
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	30,13	157	0,31	0,31	12,72	63
<b>ИТОГО</b>	<b>65</b>		<b>9,15</b>	<b>13,67</b>	<b>100,02</b>	<b>575</b>

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

СОРОКИНА Н.В.  
ЕГОРОВА И.И.