

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
МИШИНА Н.В.



МЕНЮ НА 13 ЯНВАРЯ 2026 ГОДА



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

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
<b>ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	10,5	10	0,05	7,25	0,08	66
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	31,79	245/16	13,96	12,12	32,09	294
ЧАЙ С САХАРОМ	2,02	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,69	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	<b>49</b>		<b>18,01</b>	<b>19,82</b>	<b>71,48</b>	<b>536</b>
<b>ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)</b>						
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	10,5	10	0,05	7,25	0,08	66
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	43,79	285/25	16,27	14,7	37,37	348
ЧАЙ С САХАРОМ	2,02	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,69	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	<b>61</b>		<b>20,32</b>	<b>22,4</b>	<b>76,76</b>	<b>590</b>
<b>ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ПОЛОНЬНСКИЙ	14	60	0,7	6,42	2,74	71
БОРЩ С КАП. И КАРТ. С МЯСОМ, СО СМЕТАНОЙ	33,77	200/16/5	3,56	7,82	10,67	109
ТЕФТЕЛИ	42,18	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	6,13	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	4,29	60.	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	<b>110</b>		<b>29,22</b>	<b>35,5</b>	<b>118,32</b>	<b>883</b>
<b>ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ПОЛОНЬНСКИЙ	23,33	100.	1,16	10,07	4,57	114
БОРЩ С КАП. И КАРТ. С МЯСОМ, СО СМЕТАНОЙ	33,4	250/14/5	3,95	6,86	13,29	131
ТЕФТЕЛИ	43,3	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	6,13	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	4,29	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	<b>122</b>		<b>33,12</b>	<b>41,03</b>	<b>132,53</b>	<b>1025</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
СОСИСКА В ТЕСТЕ	14,24	25/25	4,98	7,3	14,95	145
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	12,39	200	0,44	0	28,88	116
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ )	38,37	261	1,04	1,04	25,58	117
ИТОГО	<b>65</b>		<b>6,46</b>	<b>8,34</b>	<b>69,41</b>	<b>378</b>

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

СОРОКИНА Н.В.  
ЕГОРОВА И.И.