

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО «Центр»

МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МАОУ «Гимназия № 5»

ИСАЕВА И.В.

МЕНЮ НА 14 ЯНВАРЯ 2026 ГОДА

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
СЫР ПОРЦИЯМИ	8,21	10	2,45	2,85	0	36
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	31,9	245/16	12,16	13,93	36,62	321
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	4,2	200	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,69	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	49		18,67	17,24	76,14	535

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

СЫР ПОРЦИЯМИ	8,21	10	2,45	2,85	0	36
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	42,96	285/24	13,96	16,44	42,6	375
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	4,2	200	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	5,63	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	61		21,23	19,83	86,98	612

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	3,98	60.	0,78	5,46	6,1	77
ЩИ ИЗ СВ. КАП.С КАРТ. С МЯСОМ, СО СМЕТА	37,8	250/18/5	2,85	6,54	7,73	107
КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ СОУСОМ	33,09	90(50/40)	10,59	8,87	6,76	150
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	18,45	150.	3,7	6,7	22,9	167
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	12,39	200	0,44	0	28,88	116
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	4,29	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	110		22,86	28,47	98,17	743

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	6,64	100	1,3	9,4	10,2	127
ЩИ ИЗ СВ. КАП.С КАРТ. С МЯСОМ, СО СМЕТА	42,33	250/21/5	2,85	6,54	7,73	107
КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ СОУСОМ	34,21	100(50/50)	11,7	9,8	7,5	168
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	22,14	180.	4,4	7,4	26,41	185
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	12,39	200	0,44	0	28,88	116
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	4,29	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	122		25,19	34,04	106,52	829

ПОЛДНИК

ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	10,45	75	4,62	2,38	28,08	235
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫИ	5,98	200	0,2	0,04	25,73	100
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ (БАНАНЫ)	48,57	278	4,17	0,14	58,38	267
ИТОГО	65		8,99	2,56	112,19	602

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

СОРОКИНА Н.В.
ЕГОРОВА И.И.