

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 19 ЯНВАРЯ 2026 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. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	26,86	245/11	15,09	13,92	38,82	340
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	6,95	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,69	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	49		19,28	21,59	87,73	620
ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)						
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	10,5	10	0,05	7,25	0,08	66
КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	38,86	285/21	17,35	16,45	44,87	397
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	6,95	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,69	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	61		21,54	24,12	93,78	677
ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ	14,54	60	0,66	3,62	2,26	44
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ, С МЯ	32,19	200/16	5,9	3,11	15,98	118
ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	40,32	100(50/50)	12,3	3,4	5,2	101
РИС ОТВАРНОЙ	13,05	150	3,6	9	35,7	238
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	5,61	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	4,29	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	110		27,16	20,07	110,67	727
ОБЕД (С 12 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ	24,23	100	1,1	6,03	3,77	73
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ, С МЯ	31,89	250/15	7,08	3,62	19,96	147
ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	40,32	100(50/50)	12,3	3,4	5,2	101
РИС ОТВАРНОЙ	15,66	180	4,58	10,8	42,84	275
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	5,61	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	4,29	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	122		29,76	24,79	123,3	822
ПОЛДНИК						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	6,95	100	7,44	13,16	60,9	392
СОК ФРУКТОВЫЙ	27,93	200	1,4	0,2	26,4	120
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	30,12	172	1,55	0,34	13,93	69
ИТОГО	65		10,39	13,7	101,23	581

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

СОРОКИНА Н.В.
ЕГОРОВА И.И.