

УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР ООО «Центр»
 МИШИНА Н.В.



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

МЕНЮ НА 3 СЕНТЯБРЯ 2026 ГОДА

	цена руб.	выход гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценность, ккал
ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)						
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	10,5	10	0,05	7,25	0,08	66
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	26,53	245/11	13,72	13,91	33,66	314
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	7,28	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,69	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	49		17,91	21,58	82,57	594
ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)						
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	10,5	10	0,05	7,25	0,08	66
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	38,53	285/20	15,85	15,07	39,09	355
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	7,28	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,69	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	61		20,04	22,74	88	635
ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	3,61	60	0,93	3,05	5,65	53
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	23,33	200/10	3,12	1,96	15,3	94
ГУЛЯШ	54,72	100(50/50)	10,64	14,09	2,89	181
РИС ОТВАРНОЙ	14,26	150	3,6	9	35,7	238
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	9,79	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	4,29	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	110		22,99	30,16	113,22	807
ОБЕД (С 12 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	6,01	100	1,55	5,08	9,42	88
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	30,08	250/14	3,71	2,55	20,04	121
ГУЛЯШ	54,72	100(50/50)	10,64	14,09	2,89	181
РИС ОТВАРНОЙ	17,11	180	4,58	10,8	42,84	275
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	9,79	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	4,29	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	122		25,18	34,58	128,87	806
ПОЛДНИК						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	15,16	75	8,46	7,34	31,0	229
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	15,52	200	1,04	0	30,96	123
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	34,32	182	1,64	0,36	14,74	73
ИТОГО	65		11,14	7,7	77,6	425

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

С.С.

СОРОКИНА Н.В.
 ЕГОРОВА И.И.