

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 30 СЕНТЯБРЯ 2026 ГОДА

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

СЫР ПОРЦИЯМИ
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ
ЧАЙ С ЛИМОНОМ
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ
ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
8,21	10	2,45	2,85	0	36
31,91	245/16	12,16	13,93	36,62	321
4,19	200	0,26	0,06	15,22	59
4,69	50	3,8	0,4	24,3	119
49		18,67	17,24	76,14	535

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

СЫР ПОРЦИЯМИ
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ
ЧАЙ С ЛИМОНОМ
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ
ИТОГО

8,21	10	2,45	2,85	0	36
42,97	285/24	13,96	16,44	42,6	375
4,19	200	0,26	0,06	15,22	59
5,63	60.	4,56	0,48	29,16	142
61		21,23	19,83	86,98	612

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ
ЩИ ИЗ СВ. КАП. С КАРТ. С МЯСОМ, СО СМЕТ
КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ СОУСОМ
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ
ИТОГО

4,41	60.	0,78	5,46	6,1	77
28,17	250/11/5	2,85	6,54	7,73	107
42,33	90(50/40)	10,59	8,87	6,76	150
16,16	150.	3,7	6,7	22,9	167
14,64	200	0,44	0	28,88	116
4,29	60	4,5	0,9	25,8	126
110		22,86	28,47	98,17	743

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ
ЩИ ИЗ СВ. КАП. С КАРТ. С МЯСОМ, СО СМЕТ
КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ СОУСОМ
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ
ИТОГО

7,35	100	1,3	9,4	10,2	127
32,88	250/14/5	2,85	6,54	7,73	107
43,45	100(50/50)	11,7	9,8	7,5	168
19,39	180.	4,4	7,4	26,41	185
14,64	200	0,44	0	28,88	116
4,29	60	4,5	0,9	25,8	126
122		25,19	34,04	106,52	829

ПОЛДНИК

ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ (БАНАНЫ)
ИТОГО

10,29	75	4,62	2,38	28,08	235
17,02	200	0,57	0	34,41	136
37,69	199	2,99	0,1	41,79	191
65		8,18	2,48	104,28	562

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

СОРОКИНА Н.В.
ЕГОРОВА И.И.