

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
СОРОКИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 6 ОКТЯБРЯ 2026 ГОДА

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

СЫР ПОРЦИЯМИ
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ
ЧАИ 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	13,96	12,12	32,09	294
4,19	200	0,26	0,06	15,22	59
4,69	50	3,8	0,4	24,3	119
49		20,47	15,43	71,61	508

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

СЫР ПОРЦИЯМИ
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ
ЧАИ С ЛИМОНОМ
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

ИТОГО

8,21	10	2,45	2,85	0	36
43,91	285/25	16,27	14,7	37,37	348
4,19	200	0,26	0,06	15,22	59
4,69	50	3,8	0,4	24,3	119
61		22,78	18,01	76,89	562

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТ. С МЯСОМ, СО СМ
БИТОЧКИ С ГЕРКУЛЕСОМ С СОУСОМ
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ

ИТОГО

13,86	60.	0,48	0,12	3,12	12
27,12	200/11/5	3,56	7,82	10,67	109
38,94	90(50/40)	9,28	18,4	8,42	236
11,15	150	8,76	6,62	43,08	271
14,64	200	0,44	0	28,88	116
4,29	60	4,5	0,9	25,8	126
110		27,02	33,86	119,97	870

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТ. С МЯСОМ, СО СМ
БИТОЧКИ С ГЕРКУЛЕСОМ С СОУСОМ
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ

ИТОГО

23,1	100	0,8	0,2	5,2	20
26,54	250/9/5	3,95	6,86	13,29	131
40,06	100(50/50)	10,3	20,4	9,3	262
13,37	180	10,51	7,94	51,7	325
14,64	200	0,44	0	28,88	116
4,29	60	4,5	0,9	25,8	126
122		30,5	36,3	134,17	980

ПОЛДНИК

ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)

ИТОГО

15,36	75	8,46	7,34	31,9	229
15,41	200	1,04	0	30,96	123
34,23	196	0,78	0,78	19,11	88
65		10,28	8,12	81,97	440

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

СОРОКИНА Н.В.
ЕГОРОВА И.И.