

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО «Центр»

МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МАОУ «Гимназия № 5»

ИСАЕВА И.В.

МЕНЮ НА 13 ОКТЯБРЯ 2026 ГОДА

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	10,5	10	0,05	7,25	0,08	66
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	31,71	245/16	13,96	12,12	32,09	294
ЧАИ С САХАРОМ	2,1	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,69	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	49		18,01	19,82	71,48	536

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

МАСЛО ПОРЦИЯМИ	10,5	10	0,05	7,25	0,08	66
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	43,71	285/25	16,27	14,7	37,37	348
ЧАИ С САХАРОМ	2,1	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,69	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	61		20,32	22,4	76,76	590

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

САЛАТ ПОЛОНЫНСКИЙ	12,77	60	0,7	6,42	2,74	71
БОРЩ С КАП. И КАРТ. С МЯСОМ, СО СМЕТАНОЙ	31,9	200/14/5	3,56	7,82	10,67	109
ТЕФТЕЛИ	43,53	90(60/30)	11,5	13,7	10,3	206
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	11,15	150	8,76	6,62	43,08	271
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	6,36	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	4,29	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	110		29,22	35,5	118,32	883

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ПОЛОНЫНСКИЙ	21,29	100.	1,16	10,07	4,57	114
БОРЩ С КАП. И КАРТ. С МЯСОМ, СО СМЕТАНОЙ	32,04	250/13/5	3,95	6,86	13,29	131
ТЕФТЕЛИ	44,65	100(60/40)	12,8	15,22	11,44	229
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	13,37	180	10,51	7,94	51,7	325
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	6,36	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	4,29	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	122		33,12	41,03	132,53	1025

ПОЛДНИК

ПИРОЖКИ С КАПУСТОЙ МЯСОМ	14,06	60	6,94	5,84	23,64	176
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	14,47	200	1,04	0	30,96	123
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	36,47	217	0,87	0,87	21,27	98
ИТОГО	65		8,85	6,71	75,87	397

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

СОРОКИНА Н.В.
ЕГОРОВА И.И.