


УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»

МИШИНА Н.В.



СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР ГИМНАЗИИ № 5
ИСАЕВА И.В.

МЕНЮ НА 3 ОКТЯБРЯ 2022 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	19,36	245/10	15,09	10,44	38,62	356
ЧАЙ С САХАРОМ	2,41	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		19,09	10,89	77,93	532
ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	23,71	285/10	17,55	12,14	44,9	414
ЧАЙ С САХАРОМ	2,41	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		22,31	12,67	89,07	613
ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	7,43	60	0,47	6,04	1,81	63
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	6,69	200.	4,71	3,73	15,96	118
ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ	35,45	60/40	16,73	21,66	5,97	243
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	6,79	150	2,25	6	23,7	174
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	5,8	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	65		27,32	38,05	72,57	819
ОБЕД (С 12 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	11,6	100.	0,79	10,07	3,02	105
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	8,16	250	5,89	4,65	19,98	147
ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ	35,45	60/40	16,73	21,66	5,97	243
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	8,15	180	2,7	7,2	28,5	209
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	5,8	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	72		29,27	44,2	82,6	925
ПОЛДНИК						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	6,93	100.	7,44	13,16	60,9	392
СОК ФРУКТОВЫЙ	22,39	200	1,4	0,2	26,4	120
АПЕЛЬСИНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	10,68	80	0,72	0,16	6,48	32
ИТОГО	40		9,56	13,52	93,78	544

ГЛ.БУХГАЛТЕР
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

ТРОФИМОВА Л.М.
СОРОКИНА Н.В.
ЕГОРОВА И.И.