

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР ГИМНАЗИИ № 5
ИСАЕВА И.В.

МЕНЮ НА 4 МАРТА 2022 ГОДА

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
КАША МОЛ. МАННАЯ С МАСЛОМ	13,86	245/6	10,03	12,48	17,73	332
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	4,2	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	2,94	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	21		14,17	12,9	66,56	546

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

КАША МОЛ. МАННАЯ С МАСЛОМ	17,27	285/9	11,66	14,51	20,62	386
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	4,2	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,53	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	25		16,56	15,01	74,31	623

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	6,24	60	0,58	5,94	4,44	56
БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. СО СМЕТАНОЙ	9,52	200/5	1,47	4,67	7,31	89
КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ СОУСОМ	23,96	50/40	8,87	14,53	5,84	190
РИС ОТВАРНОЙ	9,56	150	3,81	6,11	38,61	228
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	6,14	200	0,16	0,16	27,87	109
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,58	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	58		17,71	32,01	84,67	798

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ	9,93	100.	0,96	9,9	7,4	93
БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. СО СМЕТАНОЙ	11,24	250/5	1,8	6,2	9	107
КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ СОУСОМ	24,26	50/50	9,07	16,04	6,33	207
РИС ОТВАРНОЙ	10,14	180	4,58	7,33	46,33	275
ЧАЙ С САХАРОМ	1,85	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,58	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	60		19,43	40,12	84,67	865

ПОЛДНИК

БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	14,54	100.	13,3	3,6	11,9	296
СОК МАЛЫШАМ	22,4	200	1,4	0,2	26,4	120
ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ	3,06	30	0,12	0,12	2,94	14
ИТОГО	40		14,82	3,92	41,24	430

ГЛ.БУХГАЛТЕР
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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