

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР ГИМНАЗИИ № 5
ИСАЕВА И.В.

МЕНЮ НА 4 ОКТЯБРЯ 2022 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	18,28	245/10	13,99	12,64	32,13	354
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	3,49	200.	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		18,05	13,1	71,65	532
ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	22,63	285/15	16,27	14,7	37,37	411
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	3,49	200.	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		21,09	15,24	81,75	612
ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	3,19	73	1,13	3,71	6,88	64
БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ И КАРТ. СО СМЕТАНОЙ	10,34	250/5	1,8	6,2	9	107
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	32,31	60/40	10,96	11,54	13,12	211
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	7,7	150	4,61	5,53	22,63	161
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	8,62	200	0,16	0,16	27,87	109
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	65		21,48	27,74	80,1	778
ОБЕД (С 12 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	4,36	100	1,55	5,08	9,42	88
БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ И КАРТ. СО СМЕТАНОЙ	10,34	250/5	1,8	6,2	9	107
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	36,6	70/30	12,51	12,71	14	223
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	9,24	180	5,53	6,64	27,16	193
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	8,62	200	0,16	0,16	27,87	109
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	72		24,37	31,39	88,05	846
ПОЛДНИК						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	12,12	75	8,46	7,34	31,9	229
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	4,8	200	0,2	0,04	25,73	100
ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ	23,08	239	0,96	0,96	23,42	108
ИТОГО	40		9,62	8,34	81,05	437

ГЛ.БУХГАЛТЕР
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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