

УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР ООО «Центр»
 СОРОКИНА Н.В.



МЕНЮ НА 6 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОДА

СОГЛАСОВАНО
 ДИРЕКТОР ГИМНАЗИИ № 5
 ИСАЕВА И.В.



ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

| | цена.руб. | выход.гр. | белки | жиры | углеводы | энергет. ценн.,ккал. |
|----------------------------|-----------|-----------|--------------|-------------|--------------|----------------------|
| КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ | 18,05 | 245/9 | 13,99 | 12,64 | 32,13 | 354 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 3,72 | 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)

| | цена.руб. | выход.гр. | белки | жиры | углеводы | энергет. ценн.,ккал. |
|----------------------------|-----------|-----------|--------------|--------------|--------------|----------------------|
| МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 5,62 | 8 | 0,04 | 6,6 | 0,06 | 60 |
| КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ | 16,78 | 285/5 | 16,27 | 14,7 | 37,37 | 411 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 3,72 | 200. | 0,26 | 0,06 | 15,22 | 59 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 3,88 | 60. | 4,56 | 0,48 | 29,16 | 142 |
| ИТОГО | 30 | | 21,13 | 21,84 | 81,81 | 672 |

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

| | цена.руб. | выход.гр. | белки | жиры | углеводы | энергет. ценн.,ккал. |
|---|-----------|------------|--------------|--------------|--------------|----------------------|
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 2,27 | 71 | 1,1 | 3,61 | 6,69 | 62 |
| БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. С ГОВЯД. СО СМЕТ. ЗИ | 19,25 | 250/12,5/5 | 5,35 | 5,88 | 9,11 | 125 |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ | 24,85 | 50/40 | 9,25 | 9,91 | 11,44 | 184 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ | 7,95 | 150 | 4,61 | 5,53 | 22,63 | 161 |
| КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ | 7,84 | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,87 | 109 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 2,84 | 60 | 2,82 | 0,6 | 0,6 | 126 |
| ИТОГО | 65 | | 23,29 | 25,69 | 78,34 | 767 |

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

| | цена.руб. | выход.гр. | белки | жиры | углеводы | энергет. ценн.,ккал. |
|---|-----------|------------|--------------|-------------|--------------|----------------------|
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 3,21 | 100 | 1,55 | 5,08 | 9,42 | 88 |
| БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. С ГОВЯД. СО СМЕТ. ЗИ | 19,25 | 250/12,5/5 | 5,35 | 5,88 | 9,11 | 125 |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ | 29,32 | 60/40 | 10,96 | 11,54 | 13,12 | 211 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ | 9,54 | 180 | 5,53 | 6,64 | 27,16 | 193 |
| КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ | 7,84 | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,87 | 109 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 2,84 | 60 | 2,82 | 0,6 | 0,6 | 126 |
| ИТОГО | 72 | | 26,37 | 29,9 | 87,28 | 852 |

ПОЛДНИК

| | цена.руб. | выход.гр. | белки | жиры | углеводы | энергет. ценн.,ккал. |
|----------------------|-----------|-----------|-------------|-------------|--------------|----------------------|
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 11,2 | 75 | 8,46 | 7,34 | 31,9 | 229 |
| НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ | 4,8 | 200 | 0,2 | 0,04 | 25,73 | 100 |
| ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ | 24 | 193 | 0,77 | 0,77 | 17,56 | 87 |
| ИТОГО | 40 | | 9,43 | 8,15 | 75,19 | 416 |

ГЛ.БУХГАЛТЕР
 ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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