

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР ГИМНАЗИИ № 5
ИСАЕВА И.В.

МЕНЮ НА 13 ЯНВАРЯ 2023 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. МАННАЯ С МАСЛОМ	17,54	245/10	11,03	15,48	27,73	294
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	4,23	200	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		15,09	15,94	67,25	472
ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)						
СЫР ПОРЦИЯМИ	6,93	10	2,45	2,85	0	36
КАША МОЛ. МАННАЯ С МАСЛОМ	14,96	285/5	11,66	14,51	32,25	306
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	4,23	200	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		18,93	17,9	76,63	543
ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧ. КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	4,03	60	0,73	3,06	6,7	54
СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ ПТИЦЕЙ	17,81	250/16	6,41	5,57	20,91	155
БИТОЧКИ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ	24,26	100(60/40)	13,09	11,2	13,35	191
РИС ОТВАРНОЙ	9,57	150	3,6	9	35,7	238
КОМПОТ ИЗ СВ. ЯБЛОК	6,49	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	65		28,53	30,89	130,34	879
ОБЕД (С 12 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧ. КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	6,72	100	1,21	5,1	11,1	90
СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ ПТИЦЕЙ	20,2	250/21	8,09	7,02	20,95	172
БИТОЧКИ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ	24,26	100(60/40)	13,09	11,2	13,35	191
РИС ОТВАРНОЙ	11,49	180	4,58	10,8	42,84	275
КОМПОТ ИЗ СВ. ЯБЛОК	6,49	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	72		31,67	36,18	141,92	969
ПОЛДНИК						
БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	15,88	100	13,3	3,6	11,9	296
СОК ФРУКТОВЫЙ	22,39	200	1,4	0,2	26,4	120
ИТОГО	38,27		14,7	3,8	38,3	416

ГЛ.БУХГАЛТЕР
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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