



УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
 МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР ГИМНАЗИИ № 5  
 ИСАЕВА И.В.

МЕНЮ НА 13 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
<b>ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	19,28	245/11	13,99	12,64	32,13	354
ЧАЙ С САХАРОМ	2,49	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		17,99	13,09	71,44	530
<b>ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)</b>						
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	6,93	10	0,05	8,25	0,08	75
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	16,7	285/5	16,27	14,7	37,37	411
ЧАЙ С САХАРОМ	2,49	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		21,08	23,48	81,62	685
<b>ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЗЕЛЕНЬ	3,17	75	1,16	3,81	7,07	66
БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. С ГОВЯД. СО СМЕТ. ЗИ	20,05	250/12,5/5	5,35	5,88	9,11	125
ТЕФТЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	26,4	60/30	12,05	14,11	11,25	218
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	7,95	150	4,61	5,53	22,63	161
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	4,59	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	65		26,19	29,97	76,39	796
<b>ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЗЕЛЕНЬ	4,21	100	1,55	5,08	9,42	88
БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. С ГОВЯД. СО СМЕТ. ЗИ	20,05	250/12,5/5	5,35	5,88	9,11	125
ТЕФТЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	30,77	70/35	10,15	16,54	12,02	238
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	9,54	180	5,53	6,64	27,16	193
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	4,59	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	72		25,6	34,78	84,04	870
<b>ПОЛДНИК</b>						
ПИРОЖКИ С КАПУСТОЙ МЯСОМ	10,21	60	6,94	5,84	23,64	176
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	9,03	200	0,44	0	28,88	116
ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ	20,76	167	0,67	0,67	16,37	75
ИТОГО	40		8,05	6,51	68,89	367

ГЛ.БУХГАЛТЕР  
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



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