

УТВЕРЖДАЮ  
 ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
 \_\_\_\_\_  
 МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО  
 ДИРЕКТОР ГИМНАЗИИ № 5  
 \_\_\_\_\_  
 ИСАЕВА И.В.

МЕНЮ НА 14 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн. ккал.
<b>ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	15,86	245/5	12,08	11,42	36,55	351
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	5,91	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
<b>ИТОГО</b>	<b>25</b>		<b>16,22</b>	<b>11,84</b>	<b>85,38</b>	<b>565</b>
<b>ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)</b>						
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	20,21	285/7	14,05	13,28	42,51	408
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	5,91	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60	4,56	0,48	29,16	142
<b>ИТОГО</b>	<b>30</b>		<b>18,95</b>	<b>13,78</b>	<b>96,2</b>	<b>645</b>
<b>ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	2,27	60	0,76	9,04	4,59	103
ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТ. С ГОВЯД СО СМЕТ. ЗЕЛЕИ	18,3	250/12,5/5	5,27	5,97	7,75	111
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	18,58	50/40	7,53	6,66	11,49	163
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	10,63	150	3,22	5,58	22	155
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	4,46	200	0,14	0,02	24,43	96
ХЛЕБ РЖАНОИ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ	7,92	64	0,26	0,26	6,27	29
<b>ИТОГО</b>	<b>65</b>		<b>20</b>	<b>28,11</b>	<b>77,13</b>	<b>783</b>
<b>ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	3,79	100	1,27	15,06	7,65	171
ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТ. С ГОВЯД СО СМЕТ. ЗЕЛЕИ	18,3	250/12,5/5	5,27	5,97	7,75	111
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	21,94	60/40	10,93	10,04	13,17	188
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	12,75	180	3,87	6,68	26,41	197
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	4,46	200	0,14	0,02	24,43	96
ХЛЕБ РЖАНОИ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ	7,92	64	0,26	0,26	6,27	29
<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>		<b>24,56</b>	<b>38,63</b>	<b>86,28</b>	<b>918</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	9,49	75	4,62	2,38	28,08	235
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	9,73	200	0,57	0	34,41	136
БАНАНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	20,78	167	2,51	0,08	36,07	160
<b>ИТОГО</b>	<b>40</b>		<b>7,7</b>	<b>2,46</b>	<b>97,56</b>	<b>531</b>

ГЛ.БУХГАЛТЕР  
 ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

*Сол*

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