

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО «Центр»

МИШИНА Н.В.



МЕНЮ НА 14 ДЕКАБРЯ 2022 ГОДА

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР ГИМНАЗИИ № 5

ИСАЕВА И.В.



ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

| | цена.руб. | выход.гр. | белки | жиры | углеводы | энергет ценн.,кка |
|----------------------------|-----------|-----------|--------------|--------------|--------------|-------------------|
| КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ | 16,11 | 245/5 | 12,08 | 11,42 | 36,55 | 351 |
| ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ | 5,66 | 200 | 0,34 | 0,02 | 24,53 | 95 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 3,23 | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,3 | 119 |
| ИТОГО | 25 | | 16,22 | 11,84 | 85,38 | 565 |

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

| | | | | | | |
|----------------------------|-----------|--------|--------------|--------------|-------------|------------|
| КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ | 20,46 | 285/10 | 14,05 | 13,28 | 42,51 | 408 |
| ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ | 5,66 | 200 | 0,34 | 0,02 | 24,53 | 95 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 3,88 | 60. | 4,56 | 0,48 | 29,16 | 142 |
| ИТОГО | 30 | | 18,95 | 13,78 | 96,2 | 645 |

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

| | | | | | | |
|---|-----------|------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 2,45 | 60. | 0,76 | 9,04 | 4,59 | 103 |
| ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАНОУ | 13,47 | 250/12,5/5 | 4,54 | 6,07 | 7,8 | 104 |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ | 28,41 | 90(50/40) | 7,53 | 6,66 | 11,49 | 163 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 13,57 | 150. | 3,22 | 5,56 | 22,3 | 155 |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 4,26 | 200. | 0,14 | 0,02 | 24,43 | 96 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 2,84 | 60 | 2,82 | 0,6 | 6,68 | 126 |
| ИТОГО | 65 | | 19,01 | 27,95 | 70,91 | 747 |

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

| | | | | | | |
|---|-----------|------------|--------------|--------------|--------------|------------|
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 4,09 | 100 | 1,27 | 15,06 | 7,65 | 171 |
| ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАНОУ | 15,27 | 250/15/5 | 5,55 | 6,96 | 7,82 | 114 |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ | 29,26 | 100(50/50) | 9,38 | 9,12 | 12,27 | 171 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 16,28 | 180. | 3,87 | 6,68 | 26,41 | 197 |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 4,26 | 200. | 0,14 | 0,02 | 24,43 | 96 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 2,84 | 60 | 2,82 | 0,6 | 6,68 | 126 |
| ИТОГО | 72 | | 23,03 | 38,44 | 79,18 | 875 |

ПОЛДНИК

| | | | | | | |
|----------------------|-----------|-----|-------------|-------------|--------------|------------|
| ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ | 9,65 | 75 | 4,62 | 2,38 | 28,08 | 235 |
| КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА | 9,31 | 200 | 0,57 | 0 | 34,41 | 136 |
| БАНАНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ | 21,04 | 145 | 2,18 | 0,07 | 30,45 | 139 |
| ИТОГО | 40 | | 7,37 | 2,45 | 92,94 | 510 |

ГЛ. БУХГАЛТЕР
ЗАВ. ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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