

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
МИШКИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР ГИМНАЗИИ № 5  
ИСАЕВА И.В.

МЕНЮ НА 18 МАРТА 2022 ГОДА

**ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)**

КАША МОЛ. МАННАЯ С МАСЛОМ  
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ  
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

| цена.руб. | выход.гр. | белки        | жиры        | углеводы     | энергет. ценн.,ккал. |
|-----------|-----------|--------------|-------------|--------------|----------------------|
| 13,27     | 245/5     | 10,03        | 12,48       | 17,73        | 332                  |
| 4,79      | 200       | 0,34         | 0,02        | 24,53        | 95                   |
| 2,94      | 50        | 3,8          | 0,4         | 24,3         | 119                  |
| <b>21</b> |           | <b>14,17</b> | <b>12,9</b> | <b>66,56</b> | <b>546</b>           |

**ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)**

КАША МОЛ. МАННАЯ С МАСЛОМ  
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ  
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

|           |       |              |              |              |            |
|-----------|-------|--------------|--------------|--------------|------------|
| 16,68     | 285/8 | 11,66        | 14,51        | 20,62        | 386        |
| 4,79      | 200   | 0,34         | 0,02         | 24,53        | 95         |
| 3,53      | 60.   | 4,56         | 0,48         | 29,16        | 142        |
| <b>25</b> |       | <b>16,56</b> | <b>15,01</b> | <b>74,31</b> | <b>623</b> |

**ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ  
БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. СО СМЕТАНОЙ  
КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ СОУСОМ  
РИС ОТВАРНОЙ  
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ  
ХЛЕБ РЖАНОЙ

|           |       |              |              |              |            |
|-----------|-------|--------------|--------------|--------------|------------|
| 6,24      | 60    | 0,58         | 5,94         | 4,44         | 56         |
| 9,1       | 200/5 | 1,47         | 4,67         | 7,31         | 89         |
| 24,07     | 50/40 | 8,87         | 14,53        | 5,84         | 190        |
| 9,87      | 150   | 3,81         | 6,11         | 38,61        | 228        |
| 6,14      | 200   | 0,16         | 0,16         | 27,87        | 109        |
| 2,58      | 60    | 2,82         | 0,6          | 0,6          | 126        |
| <b>58</b> |       | <b>17,71</b> | <b>32,01</b> | <b>84,67</b> | <b>798</b> |

**ОБЕД (С 12 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ  
БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. СО СМЕТАНОЙ  
КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ СОУСОМ  
РИС ОТВАРНОЙ  
ЧАЙ С САХАРОМ  
ХЛЕБ РЖАНОЙ

|           |       |              |              |              |            |
|-----------|-------|--------------|--------------|--------------|------------|
| 9,93      | 100.  | 0,96         | 9,9          | 7,4          | 93         |
| 10,24     | 250/5 | 1,8          | 6,2          | 9            | 107        |
| 24,86     | 50/50 | 9,07         | 16,04        | 6,33         | 207        |
| 10,14     | 180   | 4,58         | 7,33         | 46,33        | 275        |
| 2,25      | 200.  | 0,2          | 0,05         | 15,01        | 57         |
| 2,58      | 60    | 2,82         | 0,6          | 0,6          | 126        |
| <b>60</b> |       | <b>19,43</b> | <b>40,12</b> | <b>84,67</b> | <b>865</b> |

**ПОЛДНИК**

БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ  
СОК МАЛЫШАМ  
ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ

|           |      |              |             |              |            |
|-----------|------|--------------|-------------|--------------|------------|
| 15,62     | 100. | 13,3         | 3,6         | 11,9         | 296        |
| 22,4      | 200  | 1,4          | 0,2         | 26,4         | 120        |
| 1,98      | 15   | 0,06         | 0,06        | 1,47         | 7          |
| <b>40</b> |      | <b>14,76</b> | <b>3,86</b> | <b>39,77</b> | <b>423</b> |

ГЛ.БУХГАЛТЕР  
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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