




УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
 МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР ГИМНАЗИИ № 5
 ИСАЕВА И.В.

МЕНЮ НА 20 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	18,25	245/10	13,99	12,64	32,13	354
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	3,52	200.	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		18,05	13,1	71,65	532
ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)						
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5,94	8	0,04	6,6	0,06	60
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	16,66	285/5	16,27	14,7	37,37	411
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	3,52	200.	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		21,13	21,84	81,81	672
ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЗЕЛЕНЬК	2,83	74	1,15	3,76	6,97	65
БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. С ГОВЯД. СО СМЕТ. ЗИ	19,76	250/12,5/5	5,35	5,88	9,11	125
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	25	50/40	9,25	9,91	11,44	184
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	7,7	150	4,61	5,53	22,63	161
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	6,87	200	0,16	0,16	27,87	109
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	65		23,34	25,84	78,62	770
ОБЕД (С 12 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЗЕЛЕНЬК	3,81	100	1,55	5,08	9,42	88
БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. С ГОВЯД. СО СМЕТ. ЗИ	19,76	250/12,5/5	5,35	5,88	9,11	125
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	29,48	60/40	10,96	11,54	13,12	211
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	9,24	180	5,53	6,64	27,16	193
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	6,87	200	0,16	0,16	27,87	109
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	72		26,37	29,9	87,28	852
ПОЛДНИК						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	11,96	75	8,46	7,34	31,9	229
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	4,8	200	0,2	0,04	25,73	100
ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ	23,24	210	0,84	0,84	20,58	95
ИТОГО	40		9,5	8,22	78,21	424
ГЛ.БУХГАЛТЕР ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ 			ТРОФИМОВА Л.М. СОРОКИНА Н.В. ЕГОРОВА И.И.			