

УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР ООО «Центр»
 ТРОФИМОВА И.В.



Меню на 28 НОЯБРЯ 2022 .ГОДА

СОГЛАСОВАНО
 ДИРЕКТОР ГИМНАЗИИ № 5
 ИСАЕВА И.В.



ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ
 ЧАИ С ЛИМОНОМ
 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ
 ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн. ккал
18,18	245/9	15,09	10,44	38,62	356
3,59	200	0,26	0,06	15,22	59
3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
25		19,15	10,9	78,14	534

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ
 ЧАИ С ЛИМОНОМ
 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ
 ИТОГО

22,53	285/12	17,55	12,14	44,9	414
3,59	200	0,26	0,06	15,22	59
3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
30		22,37	12,68	89,28	615

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ
 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПТИЦЕЙ
 ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ
 МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ
 ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ
 ХЛЕБ РЖАНОЙ
 ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн. ккал
11,05	66	0,52	6,65	13,96	68
9,87	250/5	7,08	3,62	19,96	147
29,09	100(50/50)	14,28	19,35	7,27	220
6,49	150	5,32	4,89	35,52	241
5,66	200	0,34	0,02	24,53	95
2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
65		30,36	35,13	89,87	868

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ
 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПТИЦЕЙ
 ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ
 МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ
 ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ
 ХЛЕБ РЖАНОЙ
 ИТОГО

16,72	100.	0,79	10,07	3,02	105
9,87	250/5	7,08	3,62	19,96	147
29,09	100(50/50)	14,28	19,35	7,27	220
7,82	180	6,38	5,87	42,62	253
5,66	200	0,34	0,02	24,53	95
2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
72		31,69	39,53	98,4	946

ПОЛДНИК

БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ
 СОК ФРУКТОВЫЙ
 АПЕЛЬСИНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ
 ИТОГО

6,87	100.	7,44	13,16	60,9	392
22,39	200	1,4	0,2	26,4	120
10,74	60.	0,54	0,12	4,86	24
40		9,38	13,48	92,16	536

ГЛ.БУХГАЛТЕР
 ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

[Handwritten signature]

ТРОФИМОВА И.В.
 СОРОКИНА Н.В.
 ЕГОРОВА И.И.

УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР ООО «Центр»
 МИШИНА Н.В.



СОГЛАСОВАНО
 ДИРЕКТОР ГИМНАЗИИ №
 ИСАЕВА И.В.



МЕНЮ НА 20 НОЯБРЯ 2022 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энерг.ценн.
ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)						
СЫР ПОРЦИЯМИ	6,93	10	2,3	3,9	0	3
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	12,53	235/5	13,41	12,12	30,81	34
ЧАЙ С САХАРОМ	2,31	200.	0,2	0,05	15,01	5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	17
ИТОГО	25		19,71	16,47	70,12	58
ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)						
СЫР ПОРЦИЯМИ	6,93	10	2,3	3,9	0	3
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	16,88	285/5	16,27	14,7	37,37	47
ЧАЙ С САХАРОМ	2,31	200.	0,2	0,05	15,01	5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60.	4,56	0,48	29,16	14
ИТОГО	30		23,33	19,13	81,54	69
ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	2,81	60.	0,93	3,05	5,65	5
БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАН	16,93	250/16/5	5,63	6,86	9,16	12
ТЕФТЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	30,05	90(60/30)	8,56	14,11	9,07	18
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	6,72	150	4,61	5,53	22,63	16
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	5,65	200	0,2	0,04	25,73	10
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	12
ИТОГО	65		22,75	30,19	72,84	76
ОБЕД (С 12 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	4,68	100	1,55	5,08	9,42	8
БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАН	19,87	250/22/5	7,29	8,31	9,4	12
ТЕФТЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	30,89	100(60/40)	8,87	14,59	11,09	27
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	8,07	180	5,53	6,64	27,16	19
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	5,65	200	0,2	0,04	25,73	10
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	12
ИТОГО	72		26,26	35,26	83,4	86
ПОЛДНИК						
ПИРОЖКИ С КАПУСТОЙ МЯСОМ	11,19	60	6,94	5,84	23,64	17
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	9,09	200	0,44	0	28,88	11
ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ	19,72	190	0,76	0,76	18,62	8
ИТОГО	40		8,14	6,6	71,14	36

ГЛ.БУХГАЛТЕР
 ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

Handwritten signature

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