

УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР ООО «Центр»
 МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО
 ДИРЕКТОР ГИМНАЗИИ № 5
 ИСАЕВА И.В.

МЕНЮ НА 12 ЯНВАРЯ 2023 ГОДА

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	19,32	245/10	12,18	15,38	36,65	335
ЧАЙ С САХАРОМ	2,45	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		16,18	15,83	75,96	511

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	23,67	285/13	14,16	17,89	42,63	388
ЧАЙ С САХАРОМ	2,45	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		18,92	18,42	86,8	587

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	12,14	60.	0,58	6,07	2,19	66
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ С ПТИЦЕЙ	9,6	200/5	3,08	3,03	14,6	98
КОТЛЕТЫ ОСОБЫЕ С СОУСОМ	26,52	90(50/40)	9,54	12,99	9,28	191
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	6,49	150	5,1	9,15	34,2	241
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	7,41	200.	0,4	0,08	29,85	122
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	65		23,2	32,22	115,92	844

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	15,42	100	0,9	10,11	3,47	109
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ С ПТИЦЕЙ	11,33	250/5	3,4	3,51	17,44	114
КОТЛЕТЫ ОСОБЫЕ С СОУСОМ	27,18	100(50/50)	10,6	14,5	9,77	208
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	7,82	180	6,38	10,9	41	292
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	7,41	200.	0,4	0,08	29,85	122
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	72		26,18	40	127,33	971

ПОЛДНИК

ПИРОЖКИ С КАПУСТОЙ МЯСОМ	11,05	60	6,94	5,84	23,64	176
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	9,51	200	0,57	0	34,41	136
БАНАНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	19,44	129	1,94	0,06	27,09	124
ИТОГО	40		9,45	5,9	85,14	436

ГЛ.БУХГАЛТЕР
 ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



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