

УТВЕРЖДАЮ  
 ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
 МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО  
 ДИРЕКТОР ГИМНАЗИИ № 5  
 ИСАЕВА И.В.

МЕНЮ НА 30 ЯНВАРЯ 2023 ГОДА

**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	245/10	15,11	15,37	38,85	354
3,77	200	0,26	0,06	15,22	59
3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
<b>25</b>		<b>19,17</b>	<b>15,83</b>	<b>78,37</b>	<b>532</b>

**ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)**  
 КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ  
 ЧАИ С ЛИМОНОМ  
 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  
**ИТОГО**

22,35	285/13	17,55	17,9	44,9	414
3,77	200	0,26	0,06	15,22	59
3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
<b>30</b>		<b>22,37</b>	<b>18,44</b>	<b>89,28</b>	<b>615</b>

**ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)**  
 САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ  
 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПТИЦЕЙ  
 ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ  
 МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ  
 ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ  
 ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ  
**ИТОГО**

4,37	60.	0,96	3,04	5	52
15,39	250/15	9,47	5,68	20,03	164
30,09	100(50/50)	14,28	18,06	7,27	220
6,56	150	5,1	9,15	34,2	244
5,75	200	0,34	0,02	24,53	95
2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>65</b>		<b>34,65</b>	<b>36,85</b>	<b>116,83</b>	<b>901</b>

**ОБЕД (С 12 ЛЕТ)**  
 САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ  
 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПТИЦЕЙ  
 ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ  
 МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ  
 ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ  
 ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ  
**ИТОГО**

7,29	100.	1,6	5,07	8,33	87
18,12	250/20	10,65	6,7	20,06	176
30,09	100(50/50)	14,28	18,06	7,27	220
7,91	180	6,38	10,9	41	287
5,75	200	0,34	0,02	24,53	95
2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>72</b>		<b>37,75</b>	<b>41,65</b>	<b>126,99</b>	<b>991</b>

**ПОЛДНИК**  
 БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ  
 СОК ФРУКТОВЫЙ  
 АПЕЛЬСИНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ  
**ИТОГО**

6,12	100.	7,44	13,16	60,9	392
22,39	200	1,4	0,2	26,4	120
11,49	71	0,64	0,14	5,75	28
<b>40</b>		<b>9,48</b>	<b>13,5</b>	<b>93,05</b>	<b>540</b>

ГЛ.БУХГАЛТЕР  
 ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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

БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ  
 СОК ФРУКТОВЫЙ  
 АПЕЛЬСИНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ

60,9	392
26,4	120
5,75	28
<b>93,05</b>	<b>540</b>