

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР ГИМНАЗИИ № 5
ИСАЕВА И.В.

МЕНЮ НА 20 ОКТЯБРЯ 2023 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	19,69	245/9	11,43	15,45	36,89	334
ЧАЙ С САХАРОМ	2,08	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		15,43	15,9	76,2	510
ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	24,04	285/12	13,29	17,97	42,91	386
ЧАЙ С САХАРОМ	2,08	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		18,05	18,5	87,08	585
ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОК	4,53	60	0,73	3,06	6,7	54
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ПТИЦЕЙ	13,87	250/8	4,16	4,17	17,46	122
КОТЛЕТЫ ОСОБЫЕ С СОУСОМ	30,28	90(50/40)	9,54	12,99	9,28	191
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	6,63	150	5,1	9,15	34,2	241
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	9,85	200.	0,4	0,08	29,85	122
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	68		24,43	30,35	123,29	856
ОБЕД (С 12 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОК	7,55	100	1,21	5,1	11,1	90
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ПТИЦЕЙ	12,83	250/7	3,4	3,51	17,44	114
КОТЛЕТЫ ОСОБЫЕ С СОУСОМ	30,94	100(50/50)	10,6	14,5	9,77	208
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	7,99	180	6,38	10,9	41	292
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	9,85	200.	0,4	0,08	29,85	122
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	72		26,49	34,99	134,96	952
ПОЛДНИК						
БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	16,52	100.	13,3	3,6	11,9	296
СОК ФРУКТОВЫЙ	24,22	200	1,4	0,2	26,4	120
ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ	4,26	39	0,16	0,16	3,82	18
ИТОГО	45		14,86	3,96	42,12	434

ГЛ.БУХГАЛТЕР
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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