

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
МИШИНА Н.В.

М Е Н Ю  Н А  13  Н О Я Б Р Я  2023  Г О Д А

СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР ГИМНАЗИИ № 5  
ИСАЕВА И.В.

**ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)**

КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ  
ЧАЙ С САХАРОМ  
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  
ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
19,42	245/12	15,11	15,37	38,85	354
2,02	200.	0,2	0,05	15,01	57
3,56	50	3,8	0,4	24,3	119
<b>25</b>		<b>19,11</b>	<b>15,82</b>	<b>78,16</b>	<b>530</b>

**ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)**

КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ  
ЧАЙ С САХАРОМ  
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  
ИТОГО

23,71	285/16	17,85	17,88	45,02	414
2,02	200.	0,2	0,05	15,01	57
4,27	60	4,56	0,48	29,16	142
<b>30</b>		<b>22,61</b>	<b>18,41</b>	<b>89,19</b>	<b>613</b>

**ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ  
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПТИЦЕЙ  
ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ  
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ  
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ  
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ  
ИТОГО

5,78	60.	0,96	3,04	5	52
9,8	200/5	5,9	3,11	15,98	118
35,95	90(40/50)	11,62	16,26	7,2	221
7,19	150	2,25	6	23,7	158
6,16	200	0,34	0,02	24,53	95
3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>68</b>		<b>25,57</b>	<b>29,33</b>	<b>102,21</b>	<b>770</b>

**ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ  
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ  
ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ  
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ  
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ  
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ  
ИТОГО

9,64	100.	1,6	5,07	8,33	87
7,99	250	6	2,96	19,92	131
36,45	100(40/60)	12,05	16,93	8,9	236
8,64	180	2,7	7,2	28,5	209
6,16	200	0,34	0,02	24,53	95
3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>72</b>		<b>27,19</b>	<b>33,08</b>	<b>115,98</b>	<b>884</b>

**ПОЛДНИК**

БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ  
СОК ФРУКТОВЫЙ  
АПЕЛЬСИНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ  
ИТОГО

6,58	100.	7,44	13,16	60,9	392
24,22	200	1,4	0,2	26,4	120
14,2	57	0,51	0,11	4,62	23
<b>45</b>		<b>9,35</b>	<b>13,47</b>	<b>91,92</b>	<b>535</b>

ГЛ.БУХГАЛТЕР  
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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