

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР ГИМНАЗИИ № 5
ИСАЕВА И.В.

МЕНЮ НА 13-ДЕКАБРЯ 2023 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	15	245/7	13,74	15,36	33,69	328
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	6,44	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,56	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		17,88	15,78	82,52	542
ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	19,29	285/8	15,98	17,87	39,19	382
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	6,44	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,27	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		20,88	18,37	92,88	619
ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	4,48	76	0,99	7,14	7,75	97
ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТОФ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАН	16,7	250/12,5/5	6,04	6,07	8,3	112
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	25,96	100(60/40)	10,93	10,04	13,17	186
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	12,86	150.	3,7	6,7	22,9	167
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	4,88	200	0,14	0,02	24,43	96
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	68		26,3	30,87	102,35	784
ОБЕД (С 12 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	5,91	100	1,3	9,4	10,2	127
ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТОФ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАН	16,7	250/12,5/5	6,04	6,07	8,3	112
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	25,96	100(60/40)	10,93	10,04	13,17	186
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	15,43	180.	4,4	7,4	26,41	185
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	4,88	200	0,14	0,02	24,43	96
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	72		27,31	33,83	108,31	832
ПОЛДНИК						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	40,2	100/20	21	9,42	18,36	244
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	14,77	200.	1,04	0	30,96	123
ИТОГО	54,97		22,04	9,42	49,32	367

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

СОРОКИНА Н.В.
ЕГОРОВА И.И.