

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР ГИМНАЗИИ № 5
ИСАЕВА И.В.

МЕНЮ НА 15 ДЕКАБРЯ 2023 ГОДА

| | цена.руб. | выход.гр. | белки | жиры | углеводы | энергет. ценн.,ккал. |
|---------------------------------------|-----------|------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------|
| ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ) | | | | | | |
| КАША МОЛ. МАННАЯ С МАСЛОМ | 17,72 | 245/10 | 11,03 | 15,48 | 27,73 | 294 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 3,72 | 200 | 0,26 | 0,06 | 15,22 | 59 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 3,56 | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,3 | 119 |
| ИТОГО | 25 | | 15,09 | 15,94 | 67,25 | 472 |
| ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ) | | | | | | |
| СЫР ПОРЦИЯМИ | 6,85 | 10 | 2,45 | 2,85 | 0 | 36 |
| КАША МОЛ. МАННАЯ С МАСЛОМ | 15,16 | 285/5 | 11,66 | 14,51 | 32,25 | 306 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 3,72 | 200 | 0,26 | 0,06 | 15,22 | 59 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 4,27 | 60. | 4,56 | 0,48 | 29,16 | 142 |
| ИТОГО | 30 | | 18,93 | 17,9 | 76,63 | 543 |
| ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ) | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОК | 4,4 | 60. | 0,73 | 3,06 | 6,7 | 54 |
| СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ ПТИЦЕЙ | 17,53 | 250/15 | 6,41 | 5,57 | 20,91 | 155 |
| КОТЛЕТЫ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ | 24,21 | 90(50/40) | 11,51 | 9,12 | 11,38 | 174 |
| РИС ОТВАРНОЙ | 12,01 | 150 | 3,6 | 9 | 35,7 | 238 |
| КОМПОТ ИЗ СВ. ЯБЛОК | 6,73 | 200 | 0,2 | 1,16 | 27,88 | 115 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 3,12 | 60 | 4,5 | 0,9 | 25,8 | 126 |
| ИТОГО | 68 | | 26,95 | 28,81 | 128,37 | 862 |
| ОБЕД (С 12 ЛЕТ) | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОК | 7,34 | 100 | 1,21 | 5,1 | 11,1 | 90 |
| СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ ПТИЦЕЙ | 15,32 | 250/12 | 5,87 | 5,1 | 20,89 | 150 |
| КОТЛЕТЫ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ | 25,07 | 100(50/50) | 12,7 | 10,1 | 12,6 | 184 |
| РИС ОТВАРНОЙ | 14,42 | 180 | 4,58 | 10,8 | 42,84 | 275 |
| КОМПОТ ИЗ СВ. ЯБЛОК | 6,73 | 200 | 0,2 | 1,16 | 27,88 | 115 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 3,12 | 60 | 4,5 | 0,9 | 25,8 | 126 |
| ИТОГО | 72 | | 29,06 | 33,16 | 141,11 | 940 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ | 17,38 | 100. | 13,3 | 3,6 | 11,9 | 296 |
| СОК ФРУКТОВЫЙ | 24,22 | 200 | 1,4 | 0,2 | 26,4 | 120 |
| ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ | 3,4 | 32 | 0,13 | 0,13 | 3,14 | 14 |
| ИТОГО | 45 | | 14,83 | 3,93 | 41,44 | 430 |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

СОРОКИНА Н.В.
ЕГОРОВА И.И.