

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР ГИМНАЗИИ № 5  
ИСАЕВА И.В.

МЕНЮ НА 22 ДЕКАБРЯ 2023 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
<b>ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
КАША МОЛ. ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	19,48	245/9	11,43	15,45	36,89	334
ЧАЙ С САХАРОМ	1,96	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,56	50	3,8	0,4	24,3	119
<b>ИТОГО</b>	<b>25</b>		<b>15,43</b>	<b>15,9</b>	<b>76,2</b>	<b>510</b>
<b>ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)</b>						
КАША МОЛ. ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	23,77	285/12	13,29	17,97	42,91	386
ЧАЙ С САХАРОМ	1,96	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,27	60	4,56	0,48	29,16	142
<b>ИТОГО</b>	<b>30</b>		<b>18,05</b>	<b>18,5</b>	<b>87,08</b>	<b>585</b>
<b>ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОК/	5,33	69	0,83	3,52	7,66	62
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ПТИЦЕЙ	10,78	250/5	3,4	3,51	17,44	114
КОТЛЕТЫ ОСОБЫЕ С СОУСОМ	30,48	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	11,66	200.	0,4	0,08	29,85	122
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>68</b>		<b>23,77</b>	<b>30,15</b>	<b>124,23</b>	<b>856</b>
<b>ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОК/	7,28	100	1,21	5,1	11,1	90
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ПТИЦЕЙ	10,78	250/5	3,4	3,51	17,44	114
КОТЛЕТЫ ОСОБЫЕ С СОУСОМ	31,17	100(50/50)	10,6	14,5	9,77	208
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	7,99	180	6,38	10,9	41	292
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	11,66	200.	0,4	0,08	29,85	122
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>		<b>26,49</b>	<b>34,99</b>	<b>134,96</b>	<b>952</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	18,72	100.	13,3	3,6	11,9	296
СОК ФРУКТОВЫЙ	24,22	200	1,4	0,2	26,4	120
ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ	2,06	19	0,08	0,08	1,86	9
<b>ИТОГО</b>	<b>45</b>		<b>14,78</b>	<b>3,88</b>	<b>40,16</b>	<b>425</b>

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

СОРОКИНА Н.В.  
ЕГОРОВА И.И.