

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР ГИМНАЗИИ № 5
ИСАЕВА И.В.

МЕНЮ НА 24 ЯНВАРЯ 2024 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	15,04	245/7	12,18	15,38	36,65	335
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	6,4	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,56	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		16,32	15,8	85,48	549
ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	19,33	285/7	14,16	17,89	42,63	388
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	6,4	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,27	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		19,06	18,39	96,32	625
ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	5	81	1,05	7,61	8,26	103
ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАНОМ	15,8	250/12,5/5	6,04	6,07	8,3	112
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	24,26	100(60/40)	10,93	10,04	13,17	186
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	14,21	150.	3,7	6,7	22,9	167
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	5,61	200	0,14	0,02	24,43	96
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	68		26,36	31,34	102,86	790
ОБЕД (С 12 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	6,16	100	1,3	9,4	10,2	127
ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАНОМ	15,8	250/12,5/5	6,04	6,07	8,3	112
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	24,26	100(60/40)	10,93	10,04	13,17	186
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	17,05	180.	4,4	7,4	26,41	185
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	5,61	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						
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	9,46	75	4,62	2,38	28,08	235
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	14,44	200	0,57	0	34,41	136
БАНАНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	21,1	84	1,26	0,04	17,64	81
ИТОГО	45		6,45	2,42	80,13	452

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

СОРОКИНА Н.В.
ЕГОРОВА И.И.