

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР ГИМНАЗИИ № 5  
ИСАЕВА И.В.

МЕНЮ НА 29 ЯНВАРЯ 2024 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
<b>ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	19,47	245/12	15,11	15,37	38,85	354
ЧАЙ С САХАРОМ	1,97	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>19,11</b>	<b>15,82</b>	<b>78,16</b>	<b>530</b>
<b>ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)</b>						
КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	23,76	285/15	17,85	17,88	45,02	414
ЧАЙ С САХАРОМ	1,97	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>22,61</b>	<b>18,41</b>	<b>89,19</b>	<b>613</b>
<b>ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	8,24	60.	0,96	3,04	5	52
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПТИЦЕЙ	15,13	250/13	8,98	5,26	20,01	159
ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ	28,02	90(40/50)	11,62	16,26	7,2	221
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	7,06	150	2,25	6	23,7	158
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	6,43	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>68</b>		<b>28,65</b>	<b>31,48</b>	<b>106,24</b>	<b>811</b>
<b>ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	13,73	100.	1,6	5,07	8,33	87
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПТИЦЕЙ	11,69	250/7	7,79	4,23	19,98	148
ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ	28,55	100(40/60)	12,05	16,93	8,9	236
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	8,48	180	2,7	7,2	28,5	209
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	6,43	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>		<b>28,98</b>	<b>34,35</b>	<b>116,04</b>	<b>901</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	6,81	100.	7,44	13,16	60,9	392
СОК ФРУКТОВЫЙ	24,22	200	1,4	0,2	26,4	120
АПЕЛЬСИНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	13,97	83	0,75	0,17	6,73	33
<b>ИТОГО</b>	<b>45</b>		<b>9,59</b>	<b>13,53</b>	<b>94,03</b>	<b>545</b>

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

СОРОКИНА Н.В.  
ЕГОРОВА И.И.