

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО «Центро»
МИШИНА Н.В.



МЕНЮ НА 21 МАЯ 2024 ГОДА

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР ГИМНАЗИИ № 5
ИСАЕВА И.В.



цена.руб. выход.гр. белки жиры углеводы энергет. ценн.,ккал.

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

СЫР ПОРЦИЯМИ	6,85	10	2,45	2,85	0	36
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	12,12	235/5	13,41	12,12	30,81	286
ЧАЙ С САХАРОМ	2,12	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,91	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		19,86	15,42	70,12	498

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

СЫР ПОРЦИЯМИ	6,85	10	2,45	2,85	0	36
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	16,33	285/5	16,27	14,7	37,37	348
ЧАЙ С САХАРОМ	2,12	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,7	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		23,48	18,08	81,54	583

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	10,12	60.	0,96	3,04	5	52
БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАН	15,18	200/7/5	3,56	5,82	10,67	109
ТЕФТЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	27,76	90(50/40)	11,5	13,7	10,3	206
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	5,69	150	4,61	5,53	22,63	161
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	5,82	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,43	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	68		25,33	29,03	100,13	754

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	11,07	100	1,6	5,07	8,33	87
БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАН	16,15	250/5/5	3,95	6,86	13,29	127
ТЕФТЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	28,7	100(50/50)	12,4	15,22	12	234
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	6,83	180	5,53	6,64	27,16	193
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	5,82	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,43	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	72		28,18	34,73	112,31	867

ПОЛДНИК

ПИРОЖКИ С КАПУСТОЙ МЯСОМ	12,61	60	6,94	5,84	23,64	176
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	12,71	200	0,44	0	28,88	116
ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ	19,68	130	0,52	0,52	12,74	59
ИТОГО	45		7,9	6,36	65,26	351

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

СОРОКИНА Н.В.
ЕГОРОВА И.И.