

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО
И.О. ДИРЕКТОРА ГИМНАЗИИ № 4
ЗАХАРОВА Ф.В.

МЕНЮ НА 1 ДЕКАБРЯ 2022 ГОДА

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	18,18	245/10	13,63	12,96	33,61	381
ЧАИ С ЛИМОНОМ	3,59	200	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		17,69	13,42	73,13	559

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

МАСЛО ПОРЦИЯМИ	6,79	10	0,05	8,25	0,08	75
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	15,74	285/5	15,85	15,07	39,09	443
ЧАИ С ЛИМОНОМ	3,59	200	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		20,72	23,86	83,55	719

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	14,05	74	0,67	7,48	2,57	81
СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ С ПТИЦЕЙ	14,54	250/11	5,81	5,06	20,89	149
КОТЛЕТЫ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ	20,67	90(50/40)	11,01	8,05	11,64	165
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	6,52	150	2,25	6	23,7	174
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	6,38	200	0,16	0,16	27,87	109
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	65		22,72	27,35	87,27	804

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	18,9	100	0,9	10,11	3,47	109
СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ С ПТИЦЕЙ	14,54	250/11	5,81	5,06	20,89	149
КОТЛЕТЫ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ	21,51	100(50/50)	11,18	8,5	12,42	173
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	7,83	180	2,7	7,2	28,5	209
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	6,38	200	0,16	0,16	27,87	109
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	72		23,57	31,63	93,75	875

ПОЛДНИК

ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	12,19	75	8,46	7,34	31,9	229
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	14,58	200	1,04	0	30,96	123
МАНДАРИНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	8,23	56	0,45	0,17	4,54	22
ИТОГО	35		9,95	7,51	67,4	374

ГЛ.БУХГАЛТЕР
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

ТРОФИМОВА Л.М.
ОВЧИННИКОВА В.В
ЕГОРОВА И.И.