

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 2 ФЕВРАЛЯ 2023 ГОДА

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

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

| | | | | | | |
|----------------------------|-----------|--------|-------------|--------------|--------------|------------|
| КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ | 18 | 245/10 | 13,74 | 15,36 | 33,69 | 328 |
| ЧАИ С ЛИМОНОМ | 3,77 | 200 | 0,26 | 0,06 | 15,22 | 59 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 3,23 | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,3 | 119 |
| ИТОГО | 25 | | 17,8 | 15,82 | 73,21 | 506 |

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

| | | | | | | |
|----------------------------|-----------|-------|--------------|--------------|--------------|------------|
| МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 6,79 | 10 | 0,05 | 8,25 | 0,08 | 75 |
| КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ | 15,56 | 285/5 | 15,85 | 15,07 | 39,09 | 355 |
| ЧАИ С ЛИМОНОМ | 3,77 | 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 | 631 |

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

| | | | | | | |
|---|-----------|-----------|--------------|--------------|---------------|------------|
| САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ | 16,22 | 60. | 0,58 | 6,07 | 2,19 | 66 |
| СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ С ПТИЦЕЙ | 11,71 | 250/5 | 3,98 | 3,16 | 21,04 | 128 |
| КОТЛЕТЫ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ | 21,3 | 90(50/40) | 11,51 | 9,12 | 11,38 | 174 |
| КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ | 6,45 | 150 | 2,25 | 6 | 23,7 | 164 |
| КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ | 6,48 | 200 | 0,2 | 1,16 | 27,88 | 115 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 2,84 | 60 | 4,5 | 0,9 | 25,8 | 126 |
| ИТОГО | 65 | | 23,02 | 26,41 | 111,99 | 773 |

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

| | | | | | | |
|---|-----------|------------|-------------|--------------|--------------|------------|
| САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ | 19,28 | 100 | 0,9 | 10,11 | 3,47 | 109 |
| СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ С ПТИЦЕЙ | 13,45 | 250/12,5 | 5,6 | 4,15 | 21,15 | 158 |
| КОТЛЕТЫ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ | 22,2 | 100(50/50) | 12,7 | 10,1 | 12,6 | 184 |
| КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ | 7,75 | 180 | 2,7 | 7,2 | 28,5 | 209 |
| КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ | 6,48 | 200 | 0,2 | 1,16 | 27,88 | 115 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 2,84 | 60 | 4,5 | 0,9 | 25,8 | 126 |
| ИТОГО | 72 | | 26,6 | 33,62 | 119,4 | 901 |

ПОЛДНИК

| | | | | | | |
|------------------------|-----------|-----|-------------|-------------|--------------|------------|
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 11,72 | 75 | 8,46 | 7,34 | 31,9 | 229 |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 15,25 | 200 | 1,04 | 0 | 30,96 | 123 |
| МАНДАРИНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ | 8,03 | 43 | 0,34 | 0,13 | 3,48 | 17 |
| ИТОГО | 35 | | 9,84 | 7,47 | 66,34 | 369 |

ГЛ.БУХГАЛТЕР
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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