

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 2 ОКТЯБРЯ 2023 ГОДА

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)
КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ
ЧАЙ С ЛИМОНОМ
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
17,5	245/9	15,11	15,37	38,85	354
4,27	200	0,26	0,06	15,22	59
3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
25		19,17	15,83	78,37	532

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)
КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ
ЧАЙ С ЛИМОНОМ
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

21,85	285/13	17,55	17,9	44,9	414
4,27	200	0,26	0,06	15,22	59
3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
30		22,37	18,44	89,28	615

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)
САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПТИЦЕЙ
ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ

8,1	60.	0,63	6,07	2,7	68
8,52	200/5	5,9	3,11	15,98	118
35,65	90(40/50)	11,62	16,26	7,2	221
6,6	150	5,1	9,15	34,2	244
6,29	200	0,34	0,02	24,53	95
2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
68		28,09	35,51	110,41	872

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)
САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ
ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ

11,29	100.	1,06	10,13	4,52	114
7,48	250	6	2,96	19,92	131
36,15	100(40/60)	12,05	16,93	8,9	236
7,95	180	6,38	10,9	41	287
6,29	200	0,34	0,02	24,53	95
2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
72		30,33	41,84	124,67	989

ПОЛДНИК
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ
СОК ФРУКТОВЫЙ

6,47	100.	7,44	13,16	60,9	392
24,67	200	1,4	0,2	26,4	120
31,14		8,84	13,36	87,3	512

ГЛ.БУХГАЛТЕР
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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