

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО «Центр»

МИШИНА Н.В.



МЕНЮ НА 3 ФЕВРАЛЯ 2023 ГОДА

СОГЛАСОВАНО

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



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

**ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)**

КАША МОЛ. ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ  
ЧАЙ С САХАРОМ  
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

19,4	245/9	11,43	15,45	36,89	334
2,37	200.	0,2	0,05	15,01	57
3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
<b>25</b>		<b>15,43</b>	<b>15,9</b>	<b>76,2</b>	<b>510</b>

ИТОГО

**ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)**

КАША МОЛ. ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ  
ЧАЙ С САХАРОМ  
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

23,75	285/10	13,29	17,97	42,91	386
2,37	200.	0,2	0,05	15,01	57
3,88	60	4,56	0,48	29,16	142
<b>30</b>		<b>18,05</b>	<b>18,5</b>	<b>87,08</b>	<b>585</b>

ИТОГО

**ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧ. КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ  
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ПТИЦЕЙ  
КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ С СОУСОМ  
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ  
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА  
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ

5,52	79	0,96	4,03	8,77	71
18,01	250/16	6,71	6,36	17,53	147
24,78	90(50/40)	10,59	8,87	6,76	150
6,56	150	5,1	9,15	34,2	241
7,29	200.	0,4	0,08	29,85	122
2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>65</b>		<b>28,26</b>	<b>29,39</b>	<b>122,91</b>	<b>857</b>

ИТОГО

**ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧ. КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ  
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ПТИЦЕЙ  
КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ С СОУСОМ  
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ  
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА  
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ

6,96	100.	1,21	5,1	11,16	90
18,01	250/16	6,71	6,36	17,53	147
28,99	100(60/40)	14,68	10,2	8,15	173
7,91	180	6,38	10,9	41	292
7,29	200.	0,4	0,08	29,85	122
2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>72</b>		<b>33,88</b>	<b>33,54</b>	<b>133,43</b>	<b>950</b>

ИТОГО

**ПОЛДНИК**

БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ  
СОК ФРУКТОВЫЙ

15,38	100.	13,3	3,6	11,9	296
26,03	200	1,4	0,2	26,4	120
<b>41,41</b>		<b>14,7</b>	<b>3,8</b>	<b>38,3</b>	<b>416</b>

ИТОГО

ГЛАВХГАЛТЕР  
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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