


УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»

МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО
И.О. ДИРЕКТОРА ГИМНАЗИИ № 4

ЗАХАРОВА Ф.В.

МЕНЮ НА 10 ОКТЯБРЯ 2023 ГОДА

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
СЫР ПОРЦИЯМИ	6,85	10	2,45	2,85	0	36
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	10,62	235/5	13,41	12,12	30,81	286
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	4,3	200.	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		19,92	15,43	70,33	500

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)


МАСЛО ПОРЦИЯМИ	6,72	10	0,05	8,25	0,08	75
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	15,1	285/5	16,27	14,7	37,37	348
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	4,3	200.	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		21,14	23,49	81,83	624

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	2,82	60.	0,93	3,05	5,65	53
БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО	18,36	200/15/5	4,45	6,21	11,36	125
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	30,47	90(50/40)	9,25	9,6	12,2	184
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	6,3	150	4,61	5,53	22,63	161
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	7,21	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	68		23,94	26,45	105,52	764

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	4,7	100	1,55	5,08	9,42	88
БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО	18,57	250/12,5/5	5,57	7,85	13,35	141
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	31,13	100(50/50)	9,45	10	13	192
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	7,55	180	5,53	6,64	27,16	193
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	7,21	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	72		26,8	31,63	116,61	855

ГЛ.БУХГАЛТЕР
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ


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