

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 11 ЯНВАРЯ 2023 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн. ккал.
ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	15,91	245/7	13,74	15,36	33,69	328
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	5,86	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		17,88	15,78	82,52	542

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	20,26	285/10	15,98	17,87	39,19	382
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	5,86	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		20,88	18,37	92,88	619

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	2,53	60.	0,78	5,46	16,1	77
ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТОФ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕ	16,43	250/17/5	6,75	6,96	8,32	121
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	23,19	90(50/40)	7,93	6,66	12,49	142
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	14,53	150.	3,7	6,7	22,9	166
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	5,48	200	0,14	0,02	24,43	96
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	65		23,8	26,7	100,04	728

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	4,21	100.	1,3	9,4	10,2	127
ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТОФ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕ	18	250/20/5	8	7,06	8,4	127
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	24,03	100(50/50)	8,82	7,6	13,8	158
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	17,44	180.	4,4	7,4	26,41	185
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	5,48	200	0,14	0,02	24,43	96
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	72		27,16	32,38	109,04	819

ПОЛДНИК						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	35,58	100.	14,6	21,67	16,64	321
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	14,78	200.	1,04	0	30,96	123
ИТОГО	50,36		15,64	21,67	47,6	444

ГЛ.БУХГАЛТЕР
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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