

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 11 МАЯ 2023 ГОДА

**ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)**

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
СЫР ПОРЦИЯМИ	6,93	10	2,45	2,85	0	36
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	12,3	235/5	13,41	12,12	30,81	286
ЧАЙ С САХАРОМ	2,54	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
<b>ИТОГО</b>	<b>25</b>		<b>19,86</b>	<b>15,42</b>	<b>70,12</b>	<b>498</b>

**ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)**

СЫР ПОРЦИЯМИ	6,93	10	2,45	2,85	0	36
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	16,65	285/5	16,27	14,7	37,37	348
ЧАЙ С САХАРОМ	2,54	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
<b>ИТОГО</b>	<b>30</b>		<b>23,48</b>	<b>18,08</b>	<b>81,54</b>	<b>583</b>

**ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	7,18	60.	0,96	3,04	5	52
БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТА	12,64	200/7/5	3,56	5,82	10,67	109
ТЕФТЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	31,03	90(60/30)	13,2	16,55	13,8	262
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	5,89	150	4,61	5,53	22,63	161
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	5,42	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>65</b>		<b>27,03</b>	<b>31,88</b>	<b>103,63</b>	<b>810</b>

**ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	11,96	100	1,6	5,07	8,33	87
БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТА	12,85	250/5/5	3,95	6,86	13,29	127
ТЕФТЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	31,86	100(60/40)	13,5	17,1	14,65	275
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	7,07	180	5,53	6,64	27,16	193
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	5,42	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>		<b>29,28</b>	<b>36,61</b>	<b>114,96</b>	<b>908</b>

**ПОЛДНИК**

ПИРОЖКИ С КАПУСТОЙ МЯСОМ	11,32	60	6,94	5,84	23,64	176
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	9,96	200	0,44	0	28,88	116
ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ	13,72	115	0,46	0,46	11,27	52
<b>ИТОГО</b>	<b>35</b>		<b>7,84</b>	<b>6,3</b>	<b>63,79</b>	<b>344</b>

ГЛ.БУХГАЛТЕР  
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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