

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО
И.О. ДИРЕКТОРА ГИМНАЗИИ № 4
ТАРАСОВА Н.А.

МЕНЮ НА 11 ОКТЯБРЯ 2022 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	19,24	245/10	13,99	12,64	32,13	354
ЧАИ С САХАРОМ	2,53	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		17,99	13,09	71,44	530
ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)						
СЫР ПОРЦИЯМИ	6,93	10	2,3	3,9	37,37	411
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	16,66	285/5	16,27	14,7	15,01	57
ЧАИ С САХАРОМ	2,53	200.	0,2	0,05	29,16	142
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60.	4,56	0,48	81,54	646
ИТОГО	30		23,33	19,13	163,08	1256
ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	2,63	60.	0,93	3,05	5,65	53
БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАИ	18,41	200/20/5	6,24	7,27	7,4	123
ТЕФТЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	28	60/30	8,56	14,11	9,07	197
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	7,7	150	4,61	5,53	22,63	161
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	5,42	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	65		23,36	30,6	71,08	760
ОБЕД (С 12 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	4,39	100	1,55	5,08	9,42	88
БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАИ	21,27	250/23/5	7,29	8,31	9,4	144
ТЕФТЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	28,84	60/40	8,87	14,59	11,09	211
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	9,24	180	5,53	6,64	27,16	193
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	5,42	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	72		26,26	35,26	83,4	862
ПОЛДНИК						
ПИРОЖКИ С КАПУСТОЙ МЯСОМ	10,53	60	6,94	5,84	23,64	176
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	9,08	200	0,44	0	28,88	116
ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ	15,39	147	0,59	0,59	14,41	66
ИТОГО	35		7,97	6,43	66,93	358

ГЛ.БУХГАЛТЕР
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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