



УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
МИШИНА Н.В.

МЕНИЮ НА 11 НОЯБРЯ 2022 ГОДА

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



**ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)**

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
КАША МОЛ. МАННАЯ С МАСЛОМ	17,94	245/10	10,03	12,48	17,73	332
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	3,83	200	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
<b>ИТОГО</b>	<b>25</b>		<b>14,09</b>	<b>12,94</b>	<b>57,25</b>	<b>510</b>

**ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)**

СЫР ПОРЦИЯМИ	6,93	10	2,3	2,9	0	36
КАША МОЛ. МАННАЯ С МАСЛОМ	15,36	285/5	11,66	14,51	20,62	386
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	3,83	200	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60	4,56	0,48	29,16	142
<b>ИТОГО</b>	<b>30</b>		<b>18,78</b>	<b>17,95</b>	<b>65</b>	<b>623</b>

**ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧ. КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	4,09	60	0,73	3,06	6,7	54
СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ ПТИЦЕЙ	17,97	250/18	6,41	5,57	20,91	155
БИТОЧКИ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ	23,82	60/40	13,09	9,3	13,35	191
РИС ОТВАРНОЙ	9,57	150	3,81	6,11	38,61	228
КОМПОТ ИЗ СВ. ЯБЛОК	6,71	200	0,16	0,16	27,87	109
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
<b>ИТОГО</b>	<b>65</b>		<b>27,02</b>	<b>24,8</b>	<b>108,04</b>	<b>863</b>

**ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧ. КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	6,81	100	1,21	5,1	11,1	90
СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ ПТИЦЕЙ	15,21	250/12,5	5,81	5,06	20,89	149
БИТОЧКИ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ	28,94	80/20	16,88	10,91	15,2	228
РИС ОТВАРНОЙ	11,49	180	4,58	7,33	46,33	275
КОМПОТ ИЗ СВ. ЯБЛОК	6,71	200	0,16	0,16	27,87	109
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>		<b>31,46</b>	<b>29,16</b>	<b>121,99</b>	<b>977</b>

**ПОЛДНИК**

БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	16,14	100	13,3	3,6	11,9	296
СОК ФРУКТОВЫЙ	22,39	200	1,4	0,2	26,4	120
<b>ИТОГО</b>	<b>38,53</b>		<b>14,7</b>	<b>3,8</b>	<b>38,3</b>	<b>416</b>

ГЛ.БУХГАЛТЕР  
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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