

УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР ООО «Центр»
 МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 12 ЯНВАРЯ 2023 ГОДА

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ
 ЧАЙ С САХАРОМ
 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
19,32	245/10	12,18	15,38	36,65	335
2,45	200.	0,2	0,05	15,01	57
3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
25		16,18	15,83	75,96	511

ИТОГО

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ
 ЧАЙ С САХАРОМ
 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
23,67	285/13	14,16	17,89	42,63	388
2,45	200.	0,2	0,05	15,01	57
3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
30		18,92	18,42	86,8	587

ИТОГО

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ
 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ С ПТИЦЕЙ
 КОТЛЕТЫ ОСОБЫЕ С СОУСОМ
 МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ
 КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА
 ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
12,14	60.	0,58	6,07	2,19	66
9,6	200/5	3,08	3,03	14,6	98
26,52	90(50/40)	9,54	12,99	9,28	191
6,49	150	5,1	9,15	34,2	241
7,41	200.	0,4	0,08	29,85	122
2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
65		23,2	32,22	115,92	844

ИТОГО

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ
 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ С ПТИЦЕЙ
 КОТЛЕТЫ ОСОБЫЕ С СОУСОМ
 МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ
 КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА
 ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
15,42	100	0,9	10,11	3,47	109
11,33	250/5	3,4	3,51	17,44	114
27,18	100(50/50)	10,6	14,5	9,77	208
7,82	180	6,38	10,9	41	292
7,41	200.	0,4	0,08	29,85	122
2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
72		26,18	40	127,33	971

ИТОГО

ПОЛДНИК

ПИРОЖКИ С КАПУСТОЙ МЯСОМ
 КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА
 БАНАНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
11,05	60	6,94	5,84	23,64	176
9,51	200	0,57	0	34,41	136
14,44	96.	1,44	0,05	20,16	92
35		8,95	5,89	78,21	404

ИТОГО

ГЛ.БУХГАЛТЕР
 ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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

ПИРОЖКИ С КАПУСТОЙ МЯСОМ
 КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА
 БАНАНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
11,05	60	6,94	5,84	23,64	176
9,51	200	0,57	0	34,41	136
14,44	96.	1,44	0,05	20,16	92
35		8,95	5,89	78,21	404