

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
МИШИНА Н.В.



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



МЕНЮ НА 12 ОКТЯБРЯ 2022 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
<b>ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	15,81	245/5	12,08	11,42	36,55	351
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	5,96	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		16,22	11,84	85,38	565
<b>ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)</b>						
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	20,16	285/8	14,05	13,28	42,51	408
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	5,96	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		18,95	13,78	96,2	645
<b>ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	2,63	60.	0,76	9,04	4,59	103
ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАНОМ	14,79	250/12,5/5	4,54	6,07	7,8	104
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	27,6	50/40	7,53	6,66	11,49	163
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	12,98	150.	3,22	5,56	22	155
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	4,16	200.	0,14	0,02	24,43	96
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	65		19,01	27,95	70,91	747
<b>ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	4,39	100	1,27	15,06	7,65	171
ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАНОМ	16,59	250/17/5	5,55	6,96	7,82	114
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	28,45	50/50	9,38	9,12	12,27	171
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	15,57	180.	3,87	6,68	26,41	197
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	4,16	200.	0,14	0,02	24,43	96
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	72		23,03	38,44	79,18	875
<b>ПОЛДНИК</b>						
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	9,68	75	4,62	2,38	28,08	235
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	9,78	200	0,57	0	34,41	136
БАНАНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	15,54	90	1,35	0,05	18,9	86
ИТОГО	35		6,54	2,43	81,39	457

ГЛ.БУХГАЛТЕР  
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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