

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 14 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОДА

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	15,86	245/5	12,08	11,42	36,55	351
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	5,91	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

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	20,21	285/7	14,05	13,28	42,51	408
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	5,91	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

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	2,27	60.	0,76	9,04	4,59	103
ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТ. С ГОВЯД СО СМЕТ. ЗЕЛ	18,3	250/12,5/5	5,27	5,97	7,75	111
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	18,58	50/40	7,53	6,66	11,49	163
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	10,63	150.	3,22	5,56	22,3	155
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	4,46	200.	0,14	0,02	24,43	96
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ	7,92	64	0,26	0,26	6,27	29
ИТОГО	65		20	28,11	77,13	783

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	3,79	100	1,27	15,06	7,65	171
ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТ. С ГОВЯД СО СМЕТ. ЗЕЛ	18,3	250/12,5/5	5,27	5,97	7,75	111
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	21,94	60/40	10,93	10,04	13,17	188
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	12,75	180.	3,87	6,68	26,41	197
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	4,46	200.	0,14	0,02	24,43	96
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ	7,92	64	0,26	0,26	6,27	29
ИТОГО	72		24,56	38,63	86,28	918

ГЛ.БУХГАЛТЕР
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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