

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 14 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
<b>ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	19,66	245/10	12,18	15,38	36,65	335
ЧАИ С САХАРОМ	2,11	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
<b>ИТОГО</b>	<b>25</b>		<b>16,18</b>	<b>15,83</b>	<b>75,96</b>	<b>511</b>
<b>ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)</b>						
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	24,01	285/13	14,16	17,89	42,63	388
ЧАИ С САХАРОМ	2,11	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
<b>ИТОГО</b>	<b>30</b>		<b>18,92</b>	<b>18,42</b>	<b>86,8</b>	<b>587</b>
<b>ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
ПОМИДОРЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	5,46	60.	0,48	0,12	3,12	12
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ С ПТИЦЕЙ	9,37	200/5	3,08	3,03	14,6	98
КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ С СОУСОМ	34,58	90(50/40)	10,59	8,87	6,76	150
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	6,42	150	5,1	9,15	34,2	241
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	9,33	200.	0,4	0,08	29,85	122
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>68</b>		<b>24,15</b>	<b>22,15</b>	<b>114,33</b>	<b>749</b>
<b>ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)</b>						
ПОМИДОРЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	9	100	0,8	0,2	5,2	20
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	7,65	250	2,32	2,85	17,4	105
КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ С СОУСОМ	35,44	100(50/50)	11,7	9,8	7,5	168
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	7,74	180	6,38	10,9	41	292
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	9,33	200.	0,4	0,08	29,85	122
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>		<b>26,1</b>	<b>24,73</b>	<b>126,75</b>	<b>833</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
ПИРОЖКИ С КАПУСТОЙ МЯСОМ	11,15	60	6,94	5,84	23,64	176
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	11,85	200	0,57	0	34,41	136
БАНАНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	12	70.	1,05	0,04	14,7	67
<b>ИТОГО</b>	<b>35</b>		<b>8,56</b>	<b>5,88</b>	<b>72,75</b>	<b>379</b>

ГЛ.БУХГАЛТЕР  
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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