

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 14 НОЯБРЯ 2022 ГОДА

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	17,94	245/8	15,09	10,44	38,62	356
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
ИТОГО	25		19,15	10,9	78,14	534

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	22,29	285/10	17,55	12,14	44,9	414
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
ИТОГО	30		22,37	12,68	89,28	615

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	7,33	60.	0,47	6,04	1,81	63
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПТИЦЕЙ	13,62	250/12,5	8,87	5,17	20,01	158
ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ	28,89	50/50	14,28	19,35	7,27	220
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	6,49	150	5,32	4,89	35,52	211
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	5,83	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	65		32,1	36,07	89,74	873

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	12,11	100.	0,79	10,07	3,02	105
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПТИЦЕЙ	14,51	250/15	9,47	5,68	20,03	164
ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ	28,89	50/50	14,28	19,35	7,27	220
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	7,82	180	6,38	5,87	42,62	253
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	5,83	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	72		34,08	41,59	98,07	963

ПОЛДНИК

БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	6,99	100.	7,44	13,16	60,9	392
СОК ФРУКТОВЫЙ	22,39	200	1,4	0,2	26,4	120
АПЕЛЬСИНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	5,62	28	0,25	0,06	2,27	11
ИТОГО	35		9,09	13,42	89,57	523

ГЛ.БУХГАЛТЕР
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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