

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»

МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО
И.О. ДИРЕКТОРА ГИМНАЗИИ № 4

ЗАХАРОВА Ф.В.

МЕНЮ НА 14 ДЕКАБРЯ 2023 ГОДА

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ
ЧАЙ С САХАРОМ
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
19,46	245/9	12,18	15,38	36,65	335
1,98	200.	0,2	0,05	15,01	57
3,56	50	3,8	0,4	24,3	119
25		16,18	15,83	75,96	511

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ
ЧАЙ С САХАРОМ
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

ИТОГО

23,75	285/12	14,16	17,89	42,63	388
1,98	200.	0,2	0,05	15,01	57
4,27	60.	4,56	0,48	29,16	142
30		18,92	18,42	86,8	587

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

ОГУРЦЫ СВ. ПОРЦИЯМИ
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ С ПТИЦЕЙ
КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ С СОУСОМ
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ

ИТОГО

8,69	60.	0,48	0,12	3,12	12
9,32	200/5	3,08	3,03	14,6	98
28,55	90(50/40)	10,59	8,87	6,76	150
6,63	150	5,1	9,15	34,2	241
11,69	200.	0,4	0,08	29,85	122
3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
68		24,15	22,15	114,33	749

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ
КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ С СОУСОМ
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ

ИТОГО

11	100	0,79	10,07	3,02	105
8,8	250	2,32	2,85	17,4	105
29,4	100(50/50)	11,7	9,8	7,5	168
7,99	180	6,38	10,9	41	292
11,69	200.	0,4	0,08	29,85	122
3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
72		26,09	34,6	124,57	918

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

ОВЧИННИКОВА В.В
ЕГОРОВА И.И.