

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 15 МАРТА 2023 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	14,85	245/7	13,74	15,36	33,69	328
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	6,92	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		17,88	15,78	82,52	542

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	19,2	285/9	15,98	17,87	39,19	382
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	6,92	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		20,88	18,37	92,88	619

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	3,29	60	0,78	5,46	6,1	77
ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТОФ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕ	15,65	250/15/5	6,4	6,56	8,32	117
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	23,37	90(50/40)	7,93	6,66	12,49	142
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	15,08	150	3,7	6,7	22,9	167
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	4,77	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	65		23,51	26,32	101,34	729

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	5,49	100	1,3	9,4	10,2	127
ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТОФ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕ	16,54	250/20/5	8	7,06	8,4	127
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	24,27	100(50/50)	8,82	7,6	13,8	158
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	18,09	180	4,4	7,4	26,41	185
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	4,77	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	72		27,22	32,4	110,34	823

ПОЛДНИК						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	35,53	100	14,6	21,67	16,64	321
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	15,63	200	1,04	0	30,96	123
ИТОГО	51,16		15,64	21,67	47,6	444

ГЛ.БУХГАЛТЕР
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

35,53 100 14,6 21,67 16,64 321
15,63 200 1,04 0 30,96 123
47,6 15,64 21,67 47,6 142
127