

УТВЕРЖДАЮ  
 ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
 МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 16 ДЕКАБРЯ 2022 ГОДА

**ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)**

КАША МОЛ. ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ  
 ЧАЙ С САХАРОМ  
 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  
 ИТОГО

| цена.руб. | выход.гр. | белки        | жиры         | углеводы     | энергет. ценн.,ккал. |
|-----------|-----------|--------------|--------------|--------------|----------------------|
| 19,46     | 245/8     | 11,03        | 12,52        | 36,75        | 364                  |
| 2,31      | 200.      | 0,2          | 0,05         | 15,01        | 57                   |
| 3,23      | 50        | 3,8          | 0,4          | 24,3         | 119                  |
| <b>25</b> |           | <b>15,03</b> | <b>12,97</b> | <b>76,06</b> | <b>540</b>           |

**ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)**

КАША МОЛ. ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ  
 ЧАЙ С САХАРОМ  
 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  
 ИТОГО

|           |        |              |              |              |            |
|-----------|--------|--------------|--------------|--------------|------------|
| 23,81     | 285/10 | 12,83        | 12,52        | 42,75        | 423        |
| 2,31      | 200.   | 0,2          | 0,05         | 15,01        | 57         |
| 3,88      | 60     | 4,56         | 0,48         | 29,16        | 142        |
| <b>30</b> |        | <b>17,59</b> | <b>13,05</b> | <b>86,92</b> | <b>622</b> |

**ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧ. КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ  
 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ПТИЦЕЙ  
 КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ С СОУСОМ  
 МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ  
 КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА  
 ХЛЕБ РЖАНОЙ  
 ИТОГО

|           |           |              |              |               |            |
|-----------|-----------|--------------|--------------|---------------|------------|
| 5,07      | 77        | 0,93         | 3,93         | 8,55          | 69         |
| 19,06     | 250/20    | 7,29         | 6,86         | 17,55         | 153        |
| 24,19     | 90(50/40) | 12,35        | 4,47         | 36,75         | 118        |
| 6,49      | 150       | 5,32         | 4,89         | 35,52         | 211        |
| 7,35      | 200.      | 0,36         | 0            | 33,16         | 128        |
| 2,84      | 60        | 2,82         | 0,6          | 0,66          | 126        |
| <b>65</b> |           | <b>29,07</b> | <b>20,75</b> | <b>102,08</b> | <b>805</b> |

**ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧ. КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ  
 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ПТИЦЕЙ  
 КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ С СОУСОМ  
 МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ  
 КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА  
 ХЛЕБ РЖАНОЙ  
 ИТОГО

|           |            |              |              |               |            |
|-----------|------------|--------------|--------------|---------------|------------|
| 6,6       | 100.       | 1,21         | 5,1          | 11,1          | 90         |
| 19,06     | 250/20     | 7,29         | 6,86         | 17,55         | 153        |
| 28,33     | 100(60/40) | 14,68        | 5            | 7,42          | 133        |
| 7,82      | 180        | 6,38         | 5,87         | 42,62         | 253        |
| 7,35      | 200.       | 0,36         | 0            | 33,16         | 128        |
| 2,84      | 60         | 2,82         | 0,6          | 0,66          | 126        |
| <b>72</b> |            | <b>32,74</b> | <b>23,43</b> | <b>112,45</b> | <b>883</b> |

**ПОЛДНИК**

БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ  
 СОК ФРУКТОВЫЙ  
 ИТОГО

|              |      |             |            |              |            |
|--------------|------|-------------|------------|--------------|------------|
| 16,08        | 100. | 13,3        | 3,6        | 11,98        | 296        |
| 22,39        | 200  | 1,4         | 0,2        | 26,4         | 120        |
| <b>38,47</b> |      | <b>14,7</b> | <b>3,8</b> | <b>38,38</b> | <b>416</b> |

ГЛ.БУХГАЛТЕР  
 ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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

МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ  
 КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА  
 ХЛЕБ РЖАНОЙ  
 БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ  
 СОК ФРУКТОВЫЙ

112,45  
 35,52  
 33,16  
 0,66  
 11,98  
 26,4  
 38,38  
 35,52  
 33,16  
 0,66  
 11,98  
 26,4  
 38,38