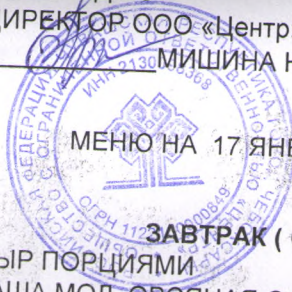
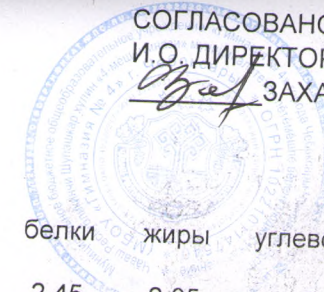


УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.



МЕНЮ НА 17 ЯНВАРЯ 2023 ГОДА

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



ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

СЫР ПОРЦИЯМИ
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ
ЧАЙ С САХАРОМ
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ
ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
6,93	10	2,45	2,85	0	36
12,45	235/5	13,41	12,12	30,81	286
2,39	200.	0,2	0,05	15,01	57
3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
25		19,86	15,42	70,12	498

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

СЫР ПОРЦИЯМИ
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ
ЧАЙ С САХАРОМ
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ
ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
6,93	10	2,45	2,85	0	36
16,8	285/5	16,27	14,7	37,37	348
2,39	200.	0,2	0,05	15,01	57
3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
30		23,48	18,08	81,54	583

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ
БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАИ
ТЕФТЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ
ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
2,81	60.	0,93	3,05	5,65	53
16,49	250/15/5	5,38	6,64	14,23	132
30,04	90(60/30)	13,2	16,55	13,8	262
6,72	150	4,61	5,53	22,63	161
6,1	200	0,2	0,04	25,73	100
2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
65		28,82	32,71	107,84	834

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ
БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАИ
ТЕФТЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ
ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
4,68	100	1,55	5,08	9,42	88
19,43	250/20/5	6,58	7,69	15,1	142
30,88	100(60/40)	13,5	17,1	14,65	275
8,07	180	5,53	6,64	27,16	193
6,1	200	0,2	0,04	25,73	100
2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
72		31,86	37,45	117,86	924

ПОЛДНИК

ПИРОЖКИ С КАПУСТОЙ МЯСОМ
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ
ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ
ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
11,05	60	6,94	5,84	23,64	176
9,31	200	0,44	0	28,88	116
14,64	145	0,58	0,58	14,21	65
35		7,96	6,42	66,73	357

ГЛ.БУХГАЛТЕР
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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