

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»

МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 18 ЯНВАРЯ 2024 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	19,49	245/9	12,18	15,38	36,65	335
ЧАЙ С САХАРОМ	1,95	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,56	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		16,18	15,83	75,96	511
ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	23,78	285/12	14,16	17,89	42,63	388
ЧАЙ С САХАРОМ	1,95	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,27	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		18,92	18,42	86,8	587
ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)						
ОГУРЦЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	9,3	60.	0,48	0,12	3,12	12
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ С ПТИЦЕЙ	9,83	200/5	3,08	3,03	14,6	98
КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ С СОУСОМ	27,3	90(50/40)	10,59	8,87	6,76	150
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	6,81	150	5,1	9,15	34,2	241
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	11,64	200.	0,4	0,08	29,85	122
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	68		24,15	22,15	114,33	749
ОБЕД (С 12 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	11,23	100	0,79	10,07	3,02	105
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	9,65	250	2,32	2,85	17,4	105
КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ С СОУСОМ	28,16	100(50/50)	11,7	9,8	7,5	168
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	8,2	180	6,38	10,9	41	292
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	11,64	200.	0,4	0,08	29,85	122
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	72		26,09	34,6	124,57	918

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

ОВЧИННИКОВА В.В
ЕГОРОВА И.И.