

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 18 ОКТЯБРЯ 2022 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
<b>ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
СЫР ПОРЦИЯМИ	6,93	10	2,3	3,9	0	36
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	11,32	235/5	13,41	12,12	30,81	340
ЧАИ С ЛИМОНОМ	3,52	200.	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		19,77	16,48	70,33	554
<b>ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)</b>						
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	6,79	10	0,05	8,25	0,08	75
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	15,81	285/5	16,27	14,7	37,37	411
ЧАИ С ЛИМОНОМ	3,52	200.	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		21,14	23,49	81,83	687
<b>ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	4,17	89	1,38	4,52	8,38	78
БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО	16,25	250/12,5/5	4,78	6,13	9,14	119
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	27,36	50/40	9,25	9,6	12,2	184
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	7,7	150	4,61	5,53	22,63	161
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	6,68	200	0,16	0,16	27,87	109
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	65		23	26,54	80,82	777
<b>ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	4,68	100	1,55	5,08	9,42	88
БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО	16,25	250/12,5/5	4,78	6,13	9,14	119
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	32,31	60/40	10,96	11,54	13,12	211
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	9,24	180	5,53	6,64	27,16	193
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	6,68	200	0,16	0,16	27,87	109
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	72		25,8	30,15	87,31	846
<b>ПОЛДНИК</b>						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	12,22	75	8,46	7,34	31,9	229
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	5,52	200	0,2	0,04	25,73	100
ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ	17,26	165	0,66	0,66	16,17	74
ИТОГО	35		9,32	8,04	73,8	403

ГЛ.БУХГАЛТЕР  
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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