

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 19 ЯНВАРЯ 2024 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. МАННАЯ С МАСЛОМ	17,64	245/10	11,03	15,48	27,73	294
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	3,8	200	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,56	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		15,09	15,94	67,25	472
ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)						
СЫР ПОРЦИЯМИ	6,85	10	2,45	2,85	0	36
КАША МОЛ. МАННАЯ С МАСЛОМ	15,08	285/5	11,66	14,51	32,25	306
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	3,8	200	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,27	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		18,93	17,9	76,63	543
ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОК/	5,27	60.	0,73	3,06	6,7	54
СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ ПТИЦЕИ	17,34	250/14	5,87	5,1	20,89	150
КОТЛЕТЫ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ	23,26	90(50/40)	11,51	9,12	11,38	174
РИС ОТВАРНОЙ	12,01	150	3,6	9	35,7	238
КОМПОТ ИЗ СВ. ЯБЛОК	7	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	68		26,41	28,34	128,35	857
ОБЕД (С 12 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОК/	8,79	100	1,21	5,1	11,1	90
СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ ПТИЦЕИ	14,55	250/10	5,36	4,67	20,88	145
КОТЛЕТЫ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ	24,12	100(50/50)	12,7	10,1	12,6	184
РИС ОТВАРНОЙ	14,42	180	4,58	10,8	42,84	275
КОМПОТ ИЗ СВ. ЯБЛОК	7	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	72		28,55	32,73	141,1	935

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

ОВЧИННИКОВА В.В
ЕГОРОВА И.И.