

УТВЕРЖДАЮ  
 ДИРЕКТОР ЦЕНТРА  
 МИШИНА И.В.

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

МЕНОЮ НА 10 ДЕКАБРЯ 2022 ГОДА

цена.руб. выход.гр. белки жиры углеводы энергет. ценн.,ккал.

**ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)**

КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	19,46	245/10	15,09	10,44	38,62	356
ЧАЙ С САХАРОМ	2,31	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
<b>ИТОГО</b>	<b>25</b>		<b>19,09</b>	<b>10,89</b>	<b>77,93</b>	<b>532</b>

**ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)**

КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	23,81	285/14	17,55	12,14	44,9	414
ЧАЙ С САХАРОМ	2,31	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60	4,56	0,48	29,16	142
<b>ИТОГО</b>	<b>30</b>		<b>22,31</b>	<b>12,67</b>	<b>89,07</b>	<b>613</b>

**ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	12,38	60	0,47	6,04	1,81	63
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПТИЦЕЙ	8,01	200/5	5,9	3,11	15,98	118
ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ	29,59	100(50/50)	14,28	19,35	7,27	220
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	6,52	150	2,25	6	23,7	174
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	5,66	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ РЖАНОИ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
<b>ИТОГО</b>	<b>65</b>		<b>26,06</b>	<b>35,12</b>	<b>73,89</b>	<b>796</b>

**ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	16,72	100.	0,79	10,07	3,02	105
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПТИЦЕЙ	9,36	250/5	7,08	3,62	19,96	147
ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ	29,59	100(50/50)	14,28	19,35	7,27	220
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	7,83	180	2,7	7,2	28,5	209
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	5,66	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ РЖАНОИ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>		<b>28,01</b>	<b>40,86</b>	<b>83,88</b>	<b>902</b>

**ПОЛДНИК**

БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	6,87	100.	7,44	13,16	60,9	392
СОК ФРУКТОВЫЙ	22,39	200	1,4	0,2	26,4	120
АПЕЛЬСИНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	5,74	35	0,32	0,07	2,84	14
<b>ИТОГО</b>	<b>35</b>		<b>9,16</b>	<b>13,43</b>	<b>90,14</b>	<b>526</b>

ГЛ.БУХГАЛТЕР  
 ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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

БУЛОЧКА  
 СОК ФРУКТОВЫЙ  
 АПЕЛЬСИНЫ

392  
 120  
 14  
 526