

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 19 ДЕКАБРЯ 2023 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)						
СЫР ПОРЦИЯМИ	6,85	10	2,45	2,85	0	36
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	12,63	235/5	13,41	12,12	30,81	286
ЧАИ С САХАРОМ	1,96	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,56	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		19,86	15,42	70,12	498
ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)						
СЫР ПОРЦИЯМИ	6,85	10	2,45	2,85	0	36
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	16,92	285/5	16,27	14,7	37,37	348
ЧАИ С САХАРОМ	1,96	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,27	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		23,48	18,08	81,54	583
ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	2,71	60.	0,93	3,05	5,65	53
БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАИ	17,71	250/13/5	4,82	7,5	14,65	140
ТЕФТЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	32,07	100(60/40)	13,5	17,1	14,65	275
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	6,3	150	4,61	5,53	22,63	161
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	6,09	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	68		28,56	34,12	109,11	855
ОБЕД (С 12 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	4,52	100	1,55	5,08	9,42	88
БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАИ	18,65	250/15/5	5,63	7,86	14,69	144
ТЕФТЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	32,07	100(60/40)	13,5	17,1	14,65	275
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	7,55	180	5,53	6,64	27,16	193
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	6,09	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
ИТОГО	72		30,91	37,62	117,45	926

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

ОВЧИННИКОВА В.В
ЕГОРОВА И.И.