

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 21 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОДА

**ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)**

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	17,66	245/9	13,74	15,36	33,69	328
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	4,11	200	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
<b>ИТОГО</b>	<b>25</b>		<b>17,8</b>	<b>15,82</b>	<b>73,21</b>	<b>506</b>

**ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)**

КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	22,01	285/13	15,85	15,07	39,09	355
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	4,11	200	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
<b>ИТОГО</b>	<b>30</b>		<b>20,67</b>	<b>15,61</b>	<b>83,47</b>	<b>556</b>

**ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	9,02	60.	0,58	6,07	2,19	66
СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ С ПТИЦЕЙ	12,85	250/7	3,98	3,16	21,04	128
БИТОЧКИ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ	28,9	90(50/40)	11,51	9,12	11,38	174
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	7,18	150	2,25	6	23,7	164
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	7,21	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>68</b>		<b>23,02</b>	<b>26,41</b>	<b>111,99</b>	<b>773</b>

**ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	15,04	100	0,9	10,11	3,47	109
СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ	8,53	250	2,9	2,5	21	118
БИТОЧКИ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ	29,76	100(50/50)	12,7	10,1	12,6	184
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	8,62	180	2,7	7,2	28,5	209
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	7,21	200	0,2	1,16	27,88	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>		<b>23,9</b>	<b>31,97</b>	<b>119,25</b>	<b>861</b>

**ПОЛДНИК**

ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	11,89	75	8,46	7,34	31,9	229
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	16,21	200	1,04	0	30,96	123
МАНДАРИНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	21	60.	0,48	0,18	4,86	24
<b>ИТОГО</b>	<b>49,1</b>		<b>9,98</b>	<b>7,52</b>	<b>67,72</b>	<b>376</b>

ГЛ.БУХГАЛТЕР  
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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