

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 21 НОЯБРЯ 2022 ГОДА

**ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)**

КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ  
ЧАЙ С САХАРОМ  
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  
ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
19,38	245/10	15,09	10,44	38,62	356
2,39	200.	0,2	0,05	15,01	57
3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
<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  
ЧАЙ С САХАРОМ  
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  
ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
23,73	285/13	17,55	12,14	44,9	414
2,39	200.	0,2	0,05	15,01	57
3,88	60	4,56	0,48	29,16	142
<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  
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПТИЦЕЙ  
ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ  
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ  
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ  
ХЛЕБ РЖАНОЙ  
ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
10,11	64	0,51	6,44	1,93	67
10,86	250/8	7,79	4,23	19,98	148
28,89	50/50	14,28	19,35	7,27	220
6,52	150	2,25	6,5	23,71	174
5,78	200	0,34	0,02	24,53	95
2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
<b>65</b>		<b>27,99</b>	<b>36,64</b>	<b>78,01</b>	<b>830</b>

**ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ  
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПТИЦЕЙ  
ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ  
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ  
ЧАЙ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ  
ХЛЕБ РЖАНОЙ  
ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
15,8	100.	0,79	10,07	3,02	105
10,86	250/8	7,79	4,23	19,98	148
28,89	50/50	14,28	19,35	7,27	220
7,83	180	2,7	7,2	28,5	209
5,78	200	0,34	0,02	24,53	95
2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
<b>72</b>		<b>28,72</b>	<b>41,47</b>	<b>83,9</b>	<b>903</b>

**ПОЛДНИК**

БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ  
СОК ФРУКТОВЫЙ  
АПЕЛЬСИНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ  
ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
6,95	100.	7,44	13,16	60,9	392
22,39	200	1,4	0,2	26,4	120
5,66	29	0,26	0,06	2,35	12
<b>35</b>		<b>9,1</b>	<b>13,42</b>	<b>89,65</b>	<b>524</b>

ГЛ.БУХГАЛТЕР  
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

*(Handwritten signature)*

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

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