





УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
  
МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 22 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
<b>ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
КАША МОЛ. ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	19,65	245/9	11,43	15,45	36,89	334
ЧАЙ С САХАРОМ	2,12	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫИ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
<b>ИТОГО</b>	<b>25</b>		<b>15,43</b>	<b>15,9</b>	<b>76,2</b>	<b>510</b>
<b>ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)</b>						
КАША МОЛ. ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	24	285/12	13,29	17,97	42,91	386
ЧАЙ С САХАРОМ	2,12	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫИ	3,88	60	4,56	0,48	29,16	142
<b>ИТОГО</b>	<b>30</b>		<b>18,05</b>	<b>18,5</b>	<b>87,08</b>	<b>585</b>
<b>ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОК.	4,6	60	0,73	3,06	6,7	54
СУП КАРТОФЕЛЬНЫИ С КРУПОИ ПТИЦЕИ	14,36	250/10	4,52	4,48	17,47	125
КОТЛЕТЫ ОСОБЫЕ С СОУСОМ	30,25	90(50/40)	9,54	12,99	9,28	191
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	6,6	150	5,1	9,15	34,2	241
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	9,35	200.	0,4	0,08	29,85	122
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫИ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>68</b>		<b>24,79</b>	<b>30,66</b>	<b>123,3</b>	<b>859</b>
<b>ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОК.	7,66	100	1,21	5,1	11,1	90
СУП КАРТОФЕЛЬНЫИ С КРУПОИ ПТИЦЕИ	13,29	250/8	4,16	4,17	17,46	122
КОТЛЕТЫ ОСОБЫЕ С СОУСОМ	30,91	100(50/50)	10,6	14,5	9,77	208
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	7,95	180	6,38	10,9	41	292
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	9,35	200.	0,4	0,08	29,85	122
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫИ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>		<b>27,25</b>	<b>35,65</b>	<b>134,98</b>	<b>960</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	15,76	100.	13,3	3,6	11,9	296
СОК ФРУКТОВЫИ	24,67	200	1,4	0,2	26,4	120
<b>ИТОГО</b>	<b>40,43</b>		<b>14,7</b>	<b>3,8</b>	<b>38,3</b>	<b>416</b>

ГЛ.БУХГАЛТЕР  
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ  
  


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