

УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР ООО «Центр»
 МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 23 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОДА

ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)

КАША МОЛ. МАННАЯ С МАСЛОМ
 ЧАЙ С ЛИМОНОМ
 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
18,28	245/10	10,03	12,48	17,73	332
3,49	200	0,26	0,06	15,22	59
3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
25		14,09	12,94	57,25	510

ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)

КАША МОЛ. МАННАЯ С МАСЛОМ
 ЧАЙ С ЛИМОНОМ
 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ

ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
22,63	285/15	11,66	14,51	20,62	386
3,49	200	0,26	0,06	15,22	59
3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
30		16,48	15,05	65	587

ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧ. КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ ЗЕ
 СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛ. С ГОВЯДИНОЙ
 БИТОЧКИ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ
 РИС ОТВАРНОЙ
 КОМПОТ ИЗ СВ. ЯБЛОК
 ХЛЕБ РЖАНОЙ

ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
6,14	81	0,98	4,13	8,9	73
18,53	250/12,5	6,6	4,96	20,84	157
21,23	50/40	11,01	8,05	11,64	165
10,03	150	3,81	6,11	38,61	228
6,23	200	0,16	0,16	27,87	109
2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
65		25,38	24,01	108,46	858

ОБЕД (С 12 ЛЕТ)

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧ. КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ ЗЕ
 СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛ. С ГОВЯДИНОЙ
 БИТОЧКИ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ
 РИС ОТВАРНОЙ
 КОМПОТ ИЗ СВ. ЯБЛОК
 ХЛЕБ РЖАНОЙ

ИТОГО

цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
7,57	100.	1,21	5,1	11,1	90
18,53	250/12,5	6,6	4,96	20,84	157
24,8	60/40	13,09	9,3	13,35	191
12,03	180	4,58	7,33	46,33	275
6,23	200	0,16	0,16	27,87	109
2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
72		28,46	27,45	120,09	948

ГЛ.БУХГАЛТЕР
 ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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