

УТВЕРЖДАЮ  
 ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
 МИШИНА Н.В.

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



МЕНЮ НА 27 ОКТЯБРЯ 2022 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
<b>ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	18,1	245/10	13,63	12,96	33,61	381
ЧАИ С ЛИМОНОМ	3,67	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>17,69</b>	<b>13,42</b>	<b>73,13</b>	<b>559</b>

<b>ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)</b>						
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	6,79	10	0,05	8,25	0,08	75
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	15,66	285/5	15,85	15,07	39,09	443
ЧАИ С ЛИМОНОМ	3,67	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>20,72</b>	<b>23,86</b>	<b>83,55</b>	<b>719</b>

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
<b>ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	8,46	60.	0,55	6,07	1,79	63
СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ С ПТИЦЕЙ	15,43	250/12,5	5,81	5,06	20,89	149
КОТЛЕТЫ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ	24,8	60/40	13,09	9,3	13,35	191
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	6,79	150	2,25	6	23,7	174
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	6,68	200	0,16	0,16	27,87	109
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
<b>ИТОГО</b>	<b>65</b>		<b>24,68</b>	<b>27,19</b>	<b>88,2</b>	<b>812</b>

<b>ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	14,1	100	0,9	10,11	3,47	109
СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ С ПТИЦЕЙ	15,43	250/12,5	5,81	5,06	20,89	149
КОТЛЕТЫ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ	24,8	60/40	13,09	9,3	13,35	191
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	8,15	180	2,7	7,2	28,5	209
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	6,68	200	0,16	0,16	27,87	109
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>		<b>25,48</b>	<b>32,43</b>	<b>94,68</b>	<b>893</b>

<b>ПОЛДНИК</b>						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	12,22	75	8,46	7,34	31,9	229
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	14,78	200	1,04	0	30,96	123
МАНДАРИНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	8	37	0,3	0,11	3	15
<b>ИТОГО</b>	<b>35</b>		<b>9,8</b>	<b>7,45</b>	<b>65,86</b>	<b>367</b>

ГЛ.БУХГАЛТЕР  
 ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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