

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 28 НОЯБРЯ 2022 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	18,18	245/9	15,09	10,44	38,62	356
ЧАИ С ЛИМОНОМ	3,59	200	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		19,15	10,9	78,14	534
ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	22,53	285/12	17,55	12,14	44,9	414
ЧАИ С ЛИМОНОМ	3,59	200	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		22,37	12,68	89,28	615
ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	11,05	66	0,52	6,65	1,99	69
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПТИЦЕЙ	9,87	250/5	7,08	3,62	19,96	147
ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ	29,09	100(50/50)	14,28	19,35	7,27	220
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	6,49	150	5,32	4,89	35,52	211
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	5,66	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	65		30,36	35,13	89,87	868
ОБЕД (С 12 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	16,72	100.	0,79	10,07	3,02	105
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ПТИЦЕЙ	9,87	250/5	7,08	3,62	19,96	147
ПТИЦА (ФИЛЕ) ТУШЕННАЯ В СМЕТ. СОУСЕ	29,09	100(50/50)	14,28	19,35	7,27	220
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	7,82	180	6,38	5,87	42,62	253
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	5,66	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	72		31,69	39,53	98	946
ПОЛДНИК						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	6,87	100.	7,44	13,16	60,9	392
СОК ФРУКТОВЫЙ	22,39	200	1,4	0,2	26,4	120
АПЕЛЬСИНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	5,74	32	0,29	0,06	2,59	13
ИТОГО	35		9,13	13,42	89,89	525

ГЛ.БУХГАЛТЕР
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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