

УТВЕРЖДАЮ  
 ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
 МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 28 ДЕКАБРЯ 2022 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
<b>ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	15,91	245/5	12,08	11,42	36,55	351
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	5,86	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
<b>ИТОГО</b>	<b>25</b>		<b>16,22</b>	<b>11,84</b>	<b>85,38</b>	<b>565</b>
<b>ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)</b>						
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	20,26	285/8	14,05	13,28	42,51	408
ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ	5,86	200	0,34	0,02	24,53	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
<b>ИТОГО</b>	<b>30</b>		<b>18,95</b>	<b>13,78</b>	<b>96,2</b>	<b>645</b>
<b>ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	2,45	60.	0,76	9,04	4,59	103
ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАН	12,24	250/10/5	4,03	5,6	7,78	99
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	28,42	90(50/40)	7,53	6,66	11,49	163
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	13,57	150.	3,22	5,56	22	155
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	5,48	200.	0,14	0,02	24,43	96
ХЛЕБ РЖАНОИ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
<b>ИТОГО</b>	<b>65</b>		<b>18,5</b>	<b>27,48</b>	<b>70,89</b>	<b>742</b>
<b>ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	4,09	100	1,27	15,06	7,65	171
ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАН	14,05	250/12,5/5	4,54	6,07	7,7	104
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	29,26	100(50/50)	9,38	9,12	12,27	171
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	16,28	180.	3,87	6,68	26,41	197
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	5,48	200.	0,14	0,02	24,43	96
ХЛЕБ РЖАНОИ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>		<b>22,02</b>	<b>37,55</b>	<b>79,06</b>	<b>865</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	9,65	75	4,62	2,38	28,08	235
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	9,51	200	0,57	0	34,41	136
БАНАНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	15,84	104	1,56	0,05	21,84	100
<b>ИТОГО</b>	<b>35</b>		<b>6,75</b>	<b>2,43</b>	<b>84,33</b>	<b>471</b>

ГЛ.БУХГАЛТЕР  
 ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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