

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»
МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 29 ДЕКАБРЯ 2022 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ)						
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	17,54	245/10	13,63	12,96	33,61	381
ЧАИ С ЛИМОНОМ	4,23	200	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
ИТОГО	25		17,69	13,42	73,13	559
ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ)						
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	6,79	10	0,05	8,25	0,08	75
КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	15,1	285/5	15,85	15,07	39,09	443
ЧАИ С ЛИМОНОМ	4,23	200	0,26	0,06	15,22	59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
ИТОГО	30		20,72	23,86	83,55	719
ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	14,84	60.	0,55	6,07	1,79	63
СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ С ПТИЦЕЙ	13,85	250/10	5,36	4,67	20,88	145
КОТЛЕТЫ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ	20,78	90(50/40)	11,01	8,05	11,64	165
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	6,52	150	2,25	6	23,7	174
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	6,17	200	0,16	0,16	27,87	109
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	65		22,15	25,55	86,48	782
ОБЕД (С 12 ЛЕТ)						
САЛАТ ИЗ СВ. ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	22,69	100	0,9	10,11	3,47	109
СУП КАРТОФ. С МАКАР. ИЗДЕЛИЯМИ С ПТИЦЕЙ	10,84	250/5	4,09	3,57	20,84	146
КОТЛЕТЫ РУБ. ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ	21,63	100(50/50)	11,18	8,5	12,42	173
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	7,83	180	2,7	7,2	28,5	209
КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	6,17	200	0,16	0,16	27,87	109
ХЛЕБ РЖАНОЙ	2,84	60	2,82	0,6	0,6	126
ИТОГО	72		21,85	30,14	93,7	872
ПОЛДНИК						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	12,19	75	8,46	7,34	31,9	229
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	14,78	200	1,04	0	30,96	123
МАНДАРИНЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	8,03	40	0,32	0,08	3,24	16
ИТОГО	35		9,82	7,42	66,1	368

ГЛ.БУХГАЛТЕР
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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