

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 30 НОЯБРЯ 2023 ГОДА

**ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)**

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн.,ккал.
КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	19,45	245/9	12,18	15,38	36,65	335
ЧАЙ С САХАРОМ	1,99	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,56	50	3,8	0,4	24,3	119
<b>ИТОГО</b>	<b>25</b>		<b>16,18</b>	<b>15,83</b>	<b>75,96</b>	<b>511</b>

**ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)**

КАША МОЛ. РИСОВАЯ С МАСЛОМ	23,74	285/12	14,16	17,89	42,63	388
ЧАЙ С САХАРОМ	1,99	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,27	60.	4,56	0,48	29,16	142
<b>ИТОГО</b>	<b>30</b>		<b>18,92</b>	<b>18,42</b>	<b>86,8</b>	<b>587</b>

**ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)**

ОГУРЦЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	3,18	60.	0,48	0,12	3,12	12
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ С ПТИЦЕЙ	9,52	200/5	3,08	3,03	14,6	98
КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ С СОУСОМ	32,48	90(50/40)	10,59	8,87	6,76	150
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	6,63	150	5,1	9,15	34,2	241
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	13,07	200.	0,4	0,08	29,85	122
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>68</b>		<b>24,15</b>	<b>22,15</b>	<b>114,33</b>	<b>749</b>

**ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)**

САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ	6,09	100	0,79	10,07	3,02	105
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	8,39	250	2,32	2,85	17,4	105
КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ С СОУСОМ	33,34	100(50/50)	11,7	9,8	7,5	168
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	7,99	180	6,38	10,9	41	292
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	13,07	200.	0,4	0,08	29,85	122
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	3,12	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>		<b>26,09</b>	<b>34,6</b>	<b>124,57</b>	<b>918</b>

ГЛ.БУХГАЛТЕР  
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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