

УТВЕРЖДАЮ  
 ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
 МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 31 ЯНВАРЯ 2023 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
<b>ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
СЫР ПОРЦИЯМИ	6,93	10	2,45	2,85	0	36
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	12,47	235/5	13,41	12,12	30,81	286
ЧАЙ С САХАРОМ	2,37	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,23	50	3,8	0,4	24,3	119
<b>ИТОГО</b>	<b>25</b>		<b>19,86</b>	<b>15,42</b>	<b>70,12</b>	<b>498</b>
<b>ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)</b>						
СЫР ПОРЦИЯМИ	6,93	10	2,45	2,85	0	36
КАША МОЛ. ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ	16,82	285/5	16,27	14,7	37,37	348
ЧАЙ С САХАРОМ	2,37	200.	0,2	0,05	15,01	57
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	3,88	60.	4,56	0,48	29,16	142
<b>ИТОГО</b>	<b>30</b>		<b>23,48</b>	<b>18,08</b>	<b>81,54</b>	<b>583</b>
<b>ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	2,81	60.	0,93	3,05	5,65	58
БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАИ	17,42	250/15/5	5,38	6,64	14,23	132
ТЕФТЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	30,4	90(60/30)	13,2	16,55	13,8	262
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	6,21	150	4,61	5,53	22,63	161
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫИ	5,32	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>65</b>		<b>28,82</b>	<b>32,71</b>	<b>107,84</b>	<b>834</b>
<b>ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	4,68	100	1,55	5,08	9,42	88
БОРЩ ИЗ СВ. КАП. И КАРТ. С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАИ	20,4	250/20/5	6,58	7,69	15,1	142
ТЕФТЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ	31,31	100(60/40)	13,5	17,1	14,65	275
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	7,45	180	5,53	6,64	27,16	193
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫИ	5,32	200	0,2	0,04	25,73	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>		<b>31,86</b>	<b>37,45</b>	<b>117,86</b>	<b>924</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
ПИРОЖКИ С КАПУСТОЙ МЯСОМ	10,89	60	6,94	5,84	23,64	176
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	9,49	200	0,44	0	28,88	116
ЯБЛОКИ СВ. ПОРЦИЯМИ	14,62	141	0,56	0,56	13,82	63
<b>ИТОГО</b>	<b>35</b>		<b>7,94</b>	<b>6,4</b>	<b>66,34</b>	<b>355</b>

ГЛ. БУХГАЛТЕР  
 ЗАВ. ПРОИЗВОДСТВОМ  
 ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ

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