

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО «Центр»  
МИШИНА Н.В.

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

МЕНЮ НА 31 МАРТА 2023 ГОДА

	цена.руб.	выход.гр.	белки	жиры	углеводы	энергет. ценн., ккал.
<b>ЗАВТРАК ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
КАША МОЛ. ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	19,36	245/9	11,43	15,45	36,89	334
ЧАЙ С САХАРОМ	2,41	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>15,43</b>	<b>15,9</b>	<b>76,2</b>	<b>510</b>
<b>ЗАВТРАК ( С 12 ЛЕТ)</b>						
КАША МОЛ. ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	23,71	285/10	13,29	17,97	42,91	386
ЧАЙ С САХАРОМ	2,41	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>18,05</b>	<b>18,5</b>	<b>87,08</b>	<b>585</b>
<b>ОБЕД ( С 7-11 ЛЕТ)</b>						
ПОМИДОРЫ СВ. ПОРЦИЯМИ	15,35	60	0,48	0,12	3,12	12
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ПТИЦЕЙ	10	200/5	3,08	3,03	14,6	98
КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ С СОУСОМ	22,9	90(50/40)	10,59	8,87	6,76	150
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	6,56	150	5,1	9,15	34,2	241
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	7,35	200.	0,4	0,08	29,85	122
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>65</b>		<b>24,15</b>	<b>22,15</b>	<b>114,33</b>	<b>749</b>
<b>ОБЕД ( С 12 ЛЕТ)</b>						
САЛАТ ИЗ КВАШ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	8,14	100	0,53	4,8	7,3	120
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ПТИЦЕЙ	18,96	250/19	7,29	6,86	17,55	153
КНЕЛИ ИЗ ЦЫПЛЯТ С РИСОМ С СОУСОМ	26,8	100(60/40)	14,68	10,2	8,15	173
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	7,91	180	6,38	10,9	41	252
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	7,35	200.	0,4	0,08	29,85	122
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	2,84	60	4,5	0,9	25,8	126
<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>		<b>33,78</b>	<b>33,74</b>	<b>129,65</b>	<b>986</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	15,48	100.	13,3	3,6	11,9	296
СОК ФРУКТОВЫЙ	26,03	200	1,4	0,2	26,4	120
<b>ИТОГО</b>	<b>41,51</b>		<b>14,7</b>	<b>3,8</b>	<b>38,3</b>	<b>416</b>

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

ГЛ.БУХГАЛТЕР  
ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ  
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ