


УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «Центр»

МИШИНА Н.В.

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МАОУ СОШ № 1

НИКОЛАЕВА Т.Л.

МЕНЮ НА 31 ЯНВАРЯ 2024 ГОДА

| | цена.руб. | выход.гр. | белки | жиры | углеводы | энергет. ценн.,ккал. |
|---------------------------------------|--------------|------------|-------|-------|----------|----------------------|
| ЗАВТРАК (С 7-11 ЛЕТ) | | | | | | |
| КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ | 15,01 | 245/7 | 13,74 | 15,36 | 33,69 | 328 |
| ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ | 6,43 | 200 | 0,34 | 0,02 | 24,53 | 95 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 3,56 | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,3 | 119 |
| ИТОГО | 25 | | 17,88 | 15,78 | 82,52 | 542 |
| ЗАВТРАК (С 12 ЛЕТ) | | | | | | |
| КАША МОЛ. ПШЕННАЯ С МАСЛОМ | 19,3 | 285/8 | 15,98 | 17,87 | 39,19 | 382 |
| ЧАИ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ | 6,43 | 200 | 0,34 | 0,02 | 24,53 | 95 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 4,27 | 60. | 4,56 | 0,48 | 29,16 | 142 |
| ИТОГО | 30 | | 20,88 | 18,37 | 92,88 | 619 |
| ОБЕД (С 7-11 ЛЕТ) | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 4,83 | 78 | 1,01 | 7,33 | 7,56 | 99 |
| ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТОФ. С ПТИЦЕЙ СО СМ | 16,27 | 250/12,5/5 | 6,04 | 6,07 | 8,3 | 112 |
| БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ | 24,26 | 100(60/40) | 10,93 | 10,04 | 13,17 | 186 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 14,21 | 150. | 3,7 | 6,7 | 22,9 | 167 |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 5,31 | 200 | 0,14 | 0,02 | 24,43 | 96 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 3,12 | 60 | 4,5 | 0,9 | 25,8 | 126 |
| ИТОГО | 68 | | 26,32 | 31,06 | 102,16 | 786 |
| ОБЕД (С 12 ЛЕТ) | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 5,99 | 100 | 1,3 | 9,4 | 10,2 | 127 |
| ЩИ ИЗ СВ. КАП. КАРТОФ. С ПТИЦЕЙ СО СМ | 16,27 | 250/12,5/5 | 6,04 | 6,07 | 8,3 | 112 |
| БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ | 24,26 | 100(60/40) | 10,93 | 10,04 | 13,17 | 186 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 17,05 | 180. | 4,4 | 7,4 | 26,41 | 185 |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 5,31 | 200 | 0,14 | 0,02 | 24,43 | 96 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 3,12 | 60 | 4,5 | 0,9 | 25,8 | 126 |
| ИТОГО | 72 | | 27,31 | 33,83 | 108,31 | 832 |
| ПОЛДНИК | | | | | | |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 37,62 | 100. | 14,6 | 21,67 | 16,64 | 321 |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 14,19 | 200. | 1,04 | 0 | 30,96 | 123 |
| ИТОГО | 51,81 | | 15,64 | 21,67 | 47,6 | 444 |

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



ТИМОФЕЕВА Л.М.
ЕГОРОВА И.И.