

УМП "ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ"

МЕНЮ

1 декабря 2023 год



| Наименование блюда  | Выход блюда, гр. | Цена, руб.    | Белки, гр.   | Жиры, гр.    | Углеводы, гр. | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|------------------|---------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| <b>ЗАВТРАК льготная категория 7-11 лет (1-4 кл)</b>                                     |                  |               |              |              |               |                                |
| Закуска: Икра кабачковая  | 60               | 9             | 1,140        | 5,340        | 4,620         | 71,400                         |
| Котлета из говядины с соусом красным основным   | 60/40            | 61,68         | 9,252        | 11,999       | 4,703         | 163,219                        |
| Каша рассыпчатая гречневая  | 150              | 14,4          | 7,923        | 5,870        | 35,784        | 227,357                        |
| Напиток кофейный  | 200              | 23,4          | 3,595        | 3,220        | 25,510        | 146,200                        |
| Хлеб пшеничный в/с  | 56               | 6,16          | 0,396        | 0,312        | 2,569         | 12,400                         |
| Киви  | 110              | 45,36         | 0,400        | 0,400        | 9,800         | 47,000                         |
|   |                  |               |              |              |               |                                |
|   |                  |               |              |              |               |                                |
| <b>ИТОГО:</b>   |                  | <b>160,00</b> | <b>22,71</b> | <b>27,14</b> | <b>82,99</b>  | <b>667,576</b>                 |
| <b>ЗАВТРАК льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)</b>                             |                  |               |              |              |               |                                |
| Закуска: Икра кабачковая  | 100              | 15            | 1,900        | 8,900        | 7,700         | 119,000                        |
| Котлета из говядины с соусом красным основным   | 60/40            | 61,68         | 9,252        | 11,999       | 4,703         | 163,219                        |
| Каша рассыпчатая гречневая  | 180              | 17,28         | 9,508        | 7,044        | 42,941        | 272,828                        |
| Чай с молоком   | 200/15/15        | 12            | 0,163        | 0,033        | 15,200        | 62,439                         |
| Хлеб пшеничный в/с  | 60               | 6,6           | 0,456        | 0,480        | 2,952         | 14,100                         |
| Киви  | 110              | 47,44         | 0,400        | 0,400        | 9,800         | 47,000                         |
|   |                  |               |              |              |               |                                |
|   |                  |               |              |              |               |                                |
| <b>ИТОГО:</b>   |                  | <b>160,00</b> | <b>21,68</b> | <b>28,86</b> | <b>83,30</b>  | <b>678,59</b>                  |
| <b>ОБЕД льготная категория 7-11 лет (1-4 кл)</b>  |                  |               |              |              |               |                                |
| Салат из огурцов и зеленого горошка консервированных (лук репчатый, масло растительное) | 60               | 12,42         | 0,625        | 3,032        | 1,792         | 37,789                         |
| Борщ с капустой и картофелем  | 200              | 15,2          | 1,419        | 4,096        | 9,836         | 82,708                         |
| Мясо отварное говядина (для первых блюд)  | 10               | 19,25         | 3,024        | 2,593        | 0,061         | 35,620                         |
| Сметана (для первых блюд)   | 10               | 5,33          | 0,260        | 1,500        | 0,360         | 16,200                         |
| Плов из говядины  | 150/50           | 111           | 18,755       | 20,602       | 40,095        | 421,646                        |
| Чай с сахаром и лимоном   | 200              | 9             | 0,163        | 0,033        | 15,200        | 62,439                         |
| Хлеб пшеничный в/с  | 60               | 6,6           | 0,456        | 0,480        | 2,952         | 14,100                         |
| Йогурт фруктовый  | 95               | 45            | 3,895        | 1,425        | 5,605         | 54,150                         |
| Вафли весовые   | 40               | 14,8          | 1,120        | 1,320        | 30,920        | 141,600                        |
|   |                  |               |              |              |               |                                |
| <b>ИТОГО:</b>   |                  | <b>238,60</b> | <b>29,72</b> | <b>35,08</b> | <b>106,82</b> | <b>866,25</b>                  |
| <b>ОБЕД льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)</b>                                |                  |               |              |              |               |                                |
| Салат из огурцов и зеленого горошка консервированных (лук репчатый, масло растительное) | 80               | 16,78         | 0,834        | 4,043        | 2,388         | 50,384                         |
| Борщ с капустой и картофелем  | 250              | 19            | 1,774        | 5,120        | 12,295        | 103,385                        |
| Мясо отварное говядина (для первых блюд)  | 10               | 19,25         | 3,024        | 2,593        | 0,061         | 35,620                         |
| Сметана (для первых блюд)   | 5                | 2,67          | 0,130        | 0,750        | 0,180         | 8,100                          |
| Плов из говядины  | 150/50           | 111           | 18,755       | 20,602       | 40,095        | 421,646                        |
| Чай с сахаром   | 200              | 4             | 0,100        | 0,026        | 14,990        | 60,059                         |
| Хлеб пшеничный в/с  | 50               | 5,5           | 0,380        | 0,400        | 2,460         | 11,750                         |
| Йогурт фруктовый  | 95               | 45            | 3,895        | 1,425        | 5,605         | 54,150                         |
| Вафли весовые   | 40               | 14,8          | 1,120        | 1,320        | 30,920        | 141,600                        |
|   |                  |               |              |              |               |                                |
| <b>ИТОГО:</b>   |                  | <b>238,00</b> | <b>30,01</b> | <b>36,28</b> | <b>108,99</b> | <b>886,69</b>                  |

Повар-бригадир

*Руднева И. В.*

УМП "ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ"

МЕНЮ

1 декабря 2023 год



| Наименование блюда  | Выход<br>блюда,<br>гр. | Цена,<br>руб. | Белки,<br>гр. | Жиры,<br>гр. | Угледо<br>ды,<br>гр. | Энергет<br>ценность<br>,<br>ккал. |
|---|------------------------|---------------|---------------|--------------|----------------------|-----------------------------------|
| <b>ЗАВТРАК 1 комплекс 12 лет и старше (5-11 кл)</b>                                     |                        |               |               |              |                      |                                   |
| Котлета из говядины с соусом красным основным   | 60/40                  | 61,68         | 9,252         | 11,999       | 4,703                | 163,219                           |
| Каша рассыпчатая гречневая  | 180                    | 17,28         | 9,508         | 7,044        | 42,941               | 272,828                           |
| Напиток кофейный  | 200                    | 23,4          | 3,595         | 3,220        | 25,510               | 146,200                           |
| Хлеб пшеничный в/с  | 40                     | 4,64          | 0,304         | 0,320        | 1,968                | 9,400                             |
|   |                        |               |               |              |                      |                                   |
|   |                        |               |               |              |                      |                                   |
|   |                        |               |               |              |                      |                                   |
| <b>ИТОГО:</b>   |                        | <b>107,00</b> | <b>22,66</b>  | <b>22,58</b> | <b>75,12</b>         | <b>591,65</b>                     |
| <b>ЗАВТРАК 2 комплекс 12 лет и старше (5-11 кл)</b>                                     |                        |               |               |              |                      |                                   |
|   |                        |               |               |              |                      |                                   |
|   |                        |               |               |              |                      |                                   |
|   |                        |               |               |              |                      |                                   |
|   |                        |               |               |              |                      |                                   |
|   |                        |               |               |              |                      |                                   |
|   |                        |               |               |              |                      |                                   |
|   |                        |               |               |              |                      |                                   |
| <b>ИТОГО:</b>   |                        | <b>0,00</b>   | <b>0,00</b>   | <b>0,00</b>  | <b>0,00</b>          | <b>0,00</b>                       |
| <b>ОБЕД ПИД</b>   |                        |               |               |              |                      |                                   |
| Салат из огурцов и зеленого горошка консервированных (лук репчатый, масло растительное) | 60                     | 12,42         | 0,625         | 3,032        | 1,792                | 37,789                            |
| Борщ с капустой и картофелем  | 200                    | 15,2          | 1,419         | 4,096        | 9,836                | 82,708                            |
| Сметана (для первых блюд)   | 5                      | 2,67          | 0,130         | 0,750        | 0,180                | 8,100                             |
| Плов из говядины  | 150/50                 | 111           | 18,755        | 20,602       | 40,095               | 421,646                           |
| Чай с сахаром   | 200                    | 4             | 0,100         | 0,026        | 14,990               | 60,059                            |
| Хлеб пшеничный в/с  | 40                     | 4,71          | 0,304         | 0,320        | 1,968                | 9,400                             |
|   |                        |               |               |              |                      |                                   |
|   |                        |               |               |              |                      |                                   |
|   |                        |               |               |              |                      |                                   |
| <b>ИТОГО:</b>   |                        | <b>150,00</b> | <b>21,33</b>  | <b>28,83</b> | <b>68,86</b>         | <b>619,70</b>                     |

Повар-бригадир Рудева Л. В.