

УМП "ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ"

МЕНЮ

4 декабря 2023 год

СОГЛАСОВАНО:

Директор школы

образовательная

школа

п. Сосновка

" 04 " 2023 год

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Цена, руб.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углевод ы, гр.	Энергет ценность, ккал.
ЗАВТРАК льготная категория 7-11 лет (1-4 кл)						
Салат Витаминный 2 (капуста, морковь, лук, зел.горошек)	60	9,30	0,420	0,060	1,140	7,200
Оладьи из печени с соусом сметанным	60/40	43,36	11,416	12,703	6,140	185,268
Рис отварной	150	17,40	3,834	5,434	40,048	224,438
Напиток клюквенный(брусничный)	200	21,00	0,175	0,125	26,002	107,260
Хлеб пшеничный в/с	56	6,16	0,494	0,448	2,731	13,300
Мандарин	110	46,13	0,400	0,400	9,800	47,000
Вафли	45	16,65				
ИТОГО:		160,00	16,74	19,17	85,86	584,47
ЗАВТРАК льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)						
Салат Витаминный 2 (капуста, морковь, лук, зел.горошек)	100	15,50	0,700	0,100	1,900	11,000
Оладьи из печени с соусом красным	60/40	43,36	11,416	12,703	6,140	185,268
Рис отварной	180	20,88	4,601	6,521	48,057	269,325
Напиток клюквенный(брусничный)	200	21,00	0,175	0,125	26,002	107,260
Хлеб пшеничный в/с	50	5,50	0,380	0,400	2,460	11,750
Мандарин	110	46,36	0,400	0,400	9,800	47,000
Вафли	20	7,40				
ИТОГО:		160,00	17,67	20,25	94,36	631,60
ОБЕД льготная категория 7-11 лет (1-4 кл)						
Кукуруза консервированная	30	11,67	0,238	0,043	1,210	6,264
Суп картофельный с бобовыми	200	11,20	4,296	4,464	15,648	120,520
Мясо отварное говядина (для первых блюд)	10	19,25	3,024	2,593	0,061	35,620
Гуляш из говядины	50/50	97,00	15,204	17,636	2,826	231,214
Каша рассыпчатая перловая	150	7,05	4,669	2,724	33,455	177,172
Напиток из апельсинов и мандаринов	200	23,00	0,355	0,133	28,214	117,516
Хлеб пшеничный в/с	60	6,60	0,266	0,280	1,722	8,225
Киви	100	42,23	0,114	0,120	0,738	3,525
шоколад Аленка	15	20,00	1,050	5,100	7,950	82,500
ИТОГО:		238,00	29,22	33,09	91,82	782,56
ОБЕД льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)						
Кукуруза консервированная	30	11,670	0,238	0,043	1,210	6,264
Суп картофельный с бобовыми	250	14,000	5,370	5,580	19,560	150,650
Мясо отварное говядина (для первых блюд)	10	19,250	3,024	2,593	0,061	35,620
Гуляш из говядины	50/50	97,000	15,204	17,636	2,826	231,214
Каша рассыпчатая перловая	180	8,460	5,603	3,269	40,146	212,607
Напиток из апельсинов и мандаринов	200	23,000	0,355	0,133	28,214	117,516
Хлеб пшеничный в/с	20	2,20	0,152	0,160	0,984	4,700
Киви	100	42,42	0,114	0,120	0,738	3,525
шоколад Аленка	15	20,00	1,050	5,100	7,950	82,500
ИТОГО:		238,00	31,11	34,63	101,69	844,60

Повар-бригадир

Русева Л. В.

УМП "ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ"

МЕНЮ

4 декабря 2023 год



" 04 "

2023 год

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Цена, руб.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Угледо- вы, гр.	Энергет ценность , ккал.
ЗАВТРАК 1 комплекс 12 лет и старше (5-11 кл)						
Оладьи из печени с соусом сметанным	60/40	43,360	11,416	12,703	6,140	185,268
Рис отварной	180	20,880	4,601	6,521	48,057	269,325
Напиток клюквенный(брусничный)	200	21,000	0,175	0,125	26,002	107,260
Хлеб пшеничный в/с	60	6,600	0,456	0,480	2,952	14,100
Печенье весовое	50	15,160	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		107,00	17,05	20,23	92,95	622,95
ЗАВТРАК 2 комплекс 12 лет и старше (5-11 кл)						
ИТОГО:		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ОБЕД ГПД						
Суп картофельный с бобовыми	200	11,200	4,296	4,464	15,648	120,520
Мясо отварное говядина (для первых блюд)	5	9,630	1,512	1,296	0,031	17,810
Гуляш из говядины	50/50	97,000	15,204	17,636	2,826	231,214
Каша рассыпчатая перловая	150	7,050	4,669	2,724	33,455	177,172
Напиток из апельсинов и мандаринов	200	23,000	0,355	0,133	28,214	117,516
Хлеб пшеничный в/с	20	2,120	0,152	0,160	0,984	4,700
ИТОГО:		150,00	26,19	26,41	81,16	668,93

Повар-бригадир

Суслова А. В.