

## МЕНЮ

6 октября 2023 год

" 06 " *Октябрь* 2023 год

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Цена, руб.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углерод ы, гр.	Энергет ценность, ккал.
<b>ЗАВТРАК льготная категория 7-11 лет (1-4 кл)</b>						
Закуска: Икра кабачковая	60	13,620	1,140	5,340	4,620	71,400
Котлета из говядины с соусом красным основным	60/40	60,680	9,252	11,999	4,703	163,219
Каша рассыпчатая гречневая	150	14,400	7,923	5,870	35,784	227,357
Напиток клюквенный(брусничный)	200	21,000	0,175	0,125	26,002	107,260
Хлеб пшеничный в/с	50	5,300	0,380	0,400	2,460	11,750
Йогурт фруктовый	95	32,000	3,895	1,425	5,605	54,150
Булочка Дорожная	50	13,000	3,591	6,537	28,830	188,354
<b>ИТОГО:</b>		<b>160,00</b>	<b>26,36</b>	<b>31,70</b>	<b>108,00</b>	<b>823,49</b>
<b>ЗАВТРАК льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)</b>						
Закуска: Икра кабачковая	100	22,700	1,900	8,900	7,700	119,000
Котлета из говядины с соусом красным основным	60/40	60,680	9,252	11,999	4,703	163,219
Каша рассыпчатая гречневая	180	17,280	9,508	7,044	42,941	272,828
Напиток клюквенный(брусничный)	200	21,000	0,175	0,125	26,002	107,260
Хлеб пшеничный в/с	60	6,340	0,456	0,480	2,952	14,100
Йогурт фруктовый	95	32,000	3,895	1,425	5,605	54,150
<b>ИТОГО:</b>		<b>160,00</b>	<b>25,19</b>	<b>29,97</b>	<b>89,90</b>	<b>730,56</b>
<b>ОБЕД льготная категория 7-11 лет (1-4 кл)</b>						
Салат из помидоров с перцем	60	17,400	0,789	3,699	3,279	51,301
Борщ с капустой и картофелем	200	14,400	1,419	4,096	9,836	82,708
Мясо отварное говядина (для первых блюд)	10	19,250	3,024	2,593	0,061	35,620
Сметана (для первых блюд)	10	5,330	0,260	1,500	0,360	16,200
Жаркое-по домашнему из говядины	150/50	115,000	17,348	19,084	20,886	325,316
Компот из груш	200	22,600	0,176	0,132	28,484	116,440
Хлеб пшеничный в/с	30	3,300	0,228	0,240	1,476	7,050
Яблоко	1шт	40,720	0,400	0,400	9,800	47,000
<b>ИТОГО:</b>		<b>238,00</b>	<b>23,64</b>	<b>31,74</b>	<b>74,18</b>	<b>681,64</b>
<b>ОБЕД льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)</b>						
Салат из помидоров с перцем	100	29,000	1,315	6,164	5,465	85,502
Борщ с капустой и картофелем	250	18,000	1,774	5,120	12,295	103,385
Сметана (для первых блюд)	10	5,330	0,260	1,500	0,360	16,200
Жаркое-по домашнему из говядины	150/50	115,000	17,348	19,084	20,886	325,316
Компот из груш	200	22,600	0,176	0,132	28,484	116,440
Хлеб пшеничный в/с	60	6,600	0,456	0,480	2,952	14,100
Яблоко	1шт	41,470	0,400	0,400	9,800	47,000
<b>ИТОГО:</b>		<b>238,00</b>	<b>21,73</b>	<b>32,88</b>	<b>80,24</b>	<b>707,94</b>

## УМП "ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ"

## МЕНЮ

6 октября 2023 год

СОГЛАСОВАНО:

Директор школы

" 06 " октября 2023 год

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Цена, руб.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углевод ы, гр.	Энергет ценность , ккал.
<b>ЗАВТРАК 1 комплекс 12 лет и старше (5-11 кл)</b>						
Котлета из говядины с соусом красным основным	60/40	60,680	9,252	11,999	4,703	163,219
Каша рассыпчатая гречневая	180	17,280	9,508	7,044	42,941	272,828
Чай с сахаром и лимоном	200/30/7	9,000	0,163	0,033	15,200	62,439
Хлеб пшеничный в/с	65	7,040	0,494	0,520	3,198	15,275
Булочка Дорожная	50	13,000	3,591	6,537	28,830	188,354
<b>ИТОГО:</b>		<b>107,00</b>	<b>23,01</b>	<b>26,13</b>	<b>94,87</b>	<b>702,12</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 ГПД</b>						
Борщ с капустой и картофелем	200	14,400	1,419	4,096	9,836	82,708
Сметана (для первых блюд)	10	5,330	0,260	1,500	0,360	16,200
Жаркое-по домашнему из говядины	150/50	115,000	17,348	19,084	20,886	325,316
Чай с сахаром и лимоном	200/30/7	9,000	0,163	0,033	15,200	62,439
Хлеб пшеничный в/с	55	6,270	0,418	0,440	2,706	12,925
<b>ИТОГО:</b>		<b>150,00</b>	<b>19,61</b>	<b>25,15</b>	<b>48,99</b>	<b>499,59</b>