

МЕНЮ

11 марта 2024 год

" 11 " Март 2024 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 из капусты и моркови	60	9,120	0,930	3,023	5,632	54,295
Зразы "Школьные" с соусом красным	60/40	55,240	8,339	9,277	4,218	133,070
Макаронные изделия отварные с маслом	150	8,250	5,787	1,770	37,032	187,365
Компот яблоко апельсин киви	200	48,000	0,680	0,280	29,620	136,600
Хлеб пшеничный в/с	56	7,280	0,396	0,312	2,569	12,400
Яблоко	100	24,000	0,400	0,400	9,800	47,000
Вафли	45	14,11	0,840	0,990	23,190	106,200
ИТОГО:		166,00	17,37	16,05	112,06	676,93
ЗАВТРАК льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)						
Салат из капусты и моркови	100	15,200	1,550	5,038	9,388	90,492
Зразы "Школьные" с соусом красным	60/40	55,240	8,339	9,277	4,218	133,070
Макаронные изделия отварные с маслом	180	9,900	6,944	2,124	44,438	224,838
Напиток из шиповника	200	14,000	0,680	0,280	29,620	136,600
Хлеб пшеничный в/с	66	8,870	0,532	0,560	3,444	16,450
Яблоко	130	24,540	0,400	0,400	9,800	47,000
Вафли	70	38,250	0,840	0,990	23,190	106,200
ИТОГО:		166,00	19,29	18,67	124,10	754,65
ОБЕД льготная категория 7-11 лет (1-4 кл)						
Кукуруза консервированная	30	11,670	0,582	0,105	2,964	15,352
Рассольник "Ленинградский" с крупой перловой	200	17,000	1,801	4,269	13,524	100,468
Сметана (для первых блюд)	10	5,450	0,260	1,500	0,360	16,200
Мясо отварное говядина (для первых блюд)	10	19,250	3,024	2,593	0,061	35,620
Рагу из овощей с мясом	150/50	145,000	20,091	28,836	22,859	434,286
Напиток клюквенный(брусничный)	200	20,000	0,175	0,125	26,002	107,260
Хлеб пшеничный в/с	30	3,530	0,258	0,272	1,673	7,990
Мандарин	60	26,100	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		248,00	26,59	38,10	77,24	764,18
ОБЕД льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)						
Кукуруза консервированная	30	11,670	0,582	0,105	2,964	15,352
Рассольник "Ленинградский" с крупой перловой	250	21,250	2,251	5,336	16,906	125,585
Сметана (для первых блюд)	10	5,450	0,260	1,500	0,360	16,200
Рагу из овощей с мясом	150/50	145,000	20,091	28,836	22,859	434,286
Чай с сахаром и лимоном	200	7,000	0,163	0,033	15,200	62,439
Хлеб пшеничный в/с	60	7,900	0,456	0,480	2,952	14,100
Мандарин	120	49,730	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		248,00	24,20	36,69	71,04	714,96

Повар-бригадир

Душева И.В.

УМП "ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ"

МЕНЮ

11 марта 2024 год

СОГЛАСОВАНО:

Директор школы

" 11 " марта 2024 год

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Цена, руб.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Угледо- ды, гр.	Энергет ценность , ккал.
ЗАВТРАК 1 комплекс 12 лет и старше (5-11 кл)						
Зразы "Школьные" с соусом красным	60/40	55,240	8,339	9,277	4,218	133,070
Макаронные изделия отварные с маслом	180	9,900	6,944	2,124	44,438	224,838
Напиток из шиповника	200	14,000	0,680	0,280	29,620	136,600
Хлеб пшеничный в/с	78	10,100	0,593	0,624	3,838	18,330
Вафли	48	17,760	0,840	0,990	23,190	106,200
ИТОГО:		107,00	17,40	13,30	105,30	619,04
ЗАВТРАК 2 комплекс 12 лет и старше (5-11 кл)						
ИТОГО:		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ОБЕД ГПД						
Рассольник "Ленинградский" с крупой перловой	200	17,000	1,801	4,269	13,524	100,468
Сметана (для первых блюд)	10	5,450	0,260	1,500	0,360	16,200
Рагу из овощей с мясом	150/30	105,000	20,091	28,836	22,859	434,286
Напиток клюквенный(брусничный)	200	20,000	0,175	0,125	26,002	107,260
Хлеб пшеничный в/с	20	2,550	0,152	0,160	0,984	4,700
ИТОГО:		150,00	22,48	34,89	63,73	662,91

Повар-бригадир

Руденко И. В.