

УМП "ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ"

МЕНЮ

14 декабря 2023 год



" 14 декабря 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)						
Огурец консервированный	60	14,46	0,289	0,036	0,614	4,698
Биточки рыбные (филе горбуши) с соусом сметанным	60/40	43,06	8,551	8,453	4,623	128,748
Пюре картофельное	150	29,25	3,329	4,353	22,655	143,535
Компот из свежих фруктов (апельс.)	200	35,8	0,180	0,020	21,760	228,200
Хлеб пшеничный в/с	36	3,96	0,274	0,288	1,771	8,460
Хлеб столичный ржаной	20	2,12	0,220	0,160	0,960	4,840
Яблоко	140	31,35	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		160,00	13,24	13,71	62,18	565,481
ЗАВТРАК льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)						
Огурец консервированный	100	24,1	1,100	0,200	3,800	24,000
Биточки рыбные (филе горбуши) с соусом сметанным	60/40	43,06	8,551	8,453	4,623	128,748
Пюре картофельное	180	35,1	3,994	5,224	27,185	272,242
Напиток из свежих фруктов (апельс, манд.)	200	23	0,180	0,020	21,760	228,200
Хлеб пшеничный в/с	30	3,3	0,228	0,240	1,476	7,050
Яблоко	140	31,44	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		160,00	14,45	14,54	68,64	707,24
ОБЕД льготная категория 7-11 лет (1-4 кл)						
Винегрет овощной	60	10,86	0,913	6,046	4,674	77,516
Суп картофельный с крупой гречневой	200	13	2,296	2,348	16,628	97,300
Гуляш из говядины	50/50	97	18,040	19,165	2,261	253,859
Макаронные изделия отварные с маслом	150	7,8	5,787	1,770	37,032	187,365
Напиток клюквенный(брусничный)	200	21	0,175	0,125	26,002	107,260
Хлеб пшеничный в/с	50	5,5	0,380	0,400	2,460	11,750
Хлеб столичный ржаной	30	3,18	0,183	0,036	1,197	5,910
Апельсин	190	79,66	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		238,00	28,17	30,29	100,05	787,96
ОБЕД льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)						
Винегрет овощной	100	18,1	1,522	10,780	7,791	129,194
Суп картофельный с крупой гречневой	250	16,25	2,870	2,935	20,785	121,625
Гуляш из говядины	50/50	97	18,040	19,165	2,261	253,859
Макаронные изделия отварные с маслом	180	9,36	6,944	2,124	44,438	224,838
Чай с сахаром и лимоном	200	9	0,163	0,033	15,200	62,439
Хлеб пшеничный в/с	50	5,5	0,380	0,400	2,460	11,750
Хлеб столичный ржаной	30	3,13	0,183	0,036	1,197	5,910
Апельсин	190	79,66	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		238,00	30,50	35,87	103,93	856,62

Повар-бригадир Русских М. В.

УМП "ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ"

МЕНЮ

14 декабря 2023 год

СОГЛАСОВАНО:
 Директор школы
 " 14 декабря 2023 год

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Цена, руб.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углевод ы, гр.	Энергет ценность , ккал.
ЗАВТРАК 1 комплекс 12 лет и старше (5-11 кл)						
Биточки рыбные (филе горбуши) с соусом сметанным	60/40	43,06	8,551	8,453	4,623	128,748
Пюре картофельное	180	35,1	3,994	5,224	27,185	272,242
Напиток из свежих фруктов (апельс, манд.)	200	23	0,180	0,020	21,760	228,200
Хлеб пшеничный в/с	30	3,5	0,274	0,288	1,771	8,460
Хлеб столичный ржаной	20	2,340	0,122	0,024	0,798	3,940
ИТОГО:		107,00	13,12	14,01	56,14	641,59
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 крупой гречневой	200	13	2,296	2,348	16,628	97,300
Гуляш из говядины	50/50	97	18,040	19,165	2,261	253,859
Макаронные изделия отварные с маслом	150	7,8	5,787	1,770	37,032	187,365
Напиток клюквенный(брусничный)	200	21	0,175	0,125	26,002	107,260
Хлеб пшеничный в/с	20	2,15	0,137	0,144	0,886	4,230
Винегрет овощной	50	9,05	0,780	5,038	3,895	64,597
ИТОГО:		150,00	27,21	28,59	86,70	714,61

Повар-бригадир Русаков И.В.