

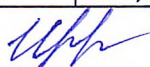
МЕНЮ

"15" сентября 2023 год

"15" сентября 2023 год

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Цена, руб.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Угледо- ды, гр.	Энергет ценность, ккал.
ЗАВТРАК льготная категория 7-11 лет (1-4 кл)						
Салат из помидоров с перцем	60	18,24	0,823	3,684	3,201	50,764
Котлета из говядины с соусом красным основным	60/40	61,7	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	21,6	3,595	3,220	25,510	146,200
Хлеб пшеничный в/с	20	2,2	0,152	0,160	0,984	4,700
Нектарин	1шт	41,86	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		160,00	22,15	25,33	79,98	639,24
ЗАВТРАК льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)						
Салат из помидоров с перцем	100	30,4	1,372	6,140	5,335	84,606
Котлета из говядины с соусом красным основным	60/40	61,7	9,252	11,999	4,703	163,219
Каша рассыпчатая гречневая	180	17,28	9,508	7,044	42,941	272,828
Чай с сахаром и лимоном	200	6	0,163	0,033	15,200	62,439
Хлеб пшеничный в/с	30	3,3	0,228	0,240	1,476	7,050
Нектарин	1шт	41,32	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		160,00	20,92	25,86	79,46	637,14
ОБЕД льготная категория 7-11 лет (1-4 кл)						
Салат из огурцов и зеленого горошка консервированных (лук репчатый, масло растительное)	60	12,6	0,625	3,032	1,792	37,789
Борщ с капустой и картофелем	200	15,8	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	5,15	0,260	1,500	0,360	16,200
Плов из говядины	150/50	108	18,755	20,602	40,095	421,646
Компот из слив	200	18,4	0,355	0,133	28,214	117,516
Хлеб пшеничный в/с	40	4,4	0,304	0,320	1,968	9,400
Хлеб столичный ржаной	28	2,4	0,171	0,034	1,117	5,516
Колбаса в тесте	50/50	52	12,022	15,381	30,419	308,077
ИТОГО:		238,00	36,93	47,69	113,86	1034,47
ОБЕД льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)						
Салат из огурцов и зеленого горошка консервированных (лук репчатый, масло растительное)	100	21	1,043	5,054	2,986	62,981
Борщ с капустой и картофелем	250	19,75	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)	10	5,15	0,260	1,500	0,360	16,200
Плов из говядины	150/50	108	18,755	20,602	40,095	421,646
Чай с сахаром и молоком	200	10	1,579	1,301	17,438	87,599
Хлеб пшеничный в/с	30	2,85	0,228	0,240	1,476	7,050
Колбаса в тесте	50/50	52	12,022	15,381	30,419	308,077
ИТОГО:		238,00	39,13	52,11	107,05	1052,24

Повар-бригадир



УМП "ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ"

МЕНЮ

"15" сентября 2023 год

СОГЛАСОВАНО:
Директор школы

"15" сентября 2023 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)						
Котлета из говядины с соусом красным основным	60/40	61,7	9,252	11,999	4,703	163,219
Каша рассыпчатая гречневая	180	17,28	9,508	7,044	42,941	272,828
Напиток Здоровье (яблоко, клюква)	200	14,2	0,150	0,124	22,454	92,640
Хлеб пшеничный в/с	50	5,82	0,305	0,060	1,995	9,850
ИТОГО:		99,00	19,22	19,23	72,09	538,54
ЗАВТРАК 2 комплекс 12 лет и старше (5-11 кл)						
ИТОГО:		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ОБЕД ГПД						
Салат из огурцов и зеленого горошка консервированных (лук репчатый, масло растительное)	60	12,6	0,625	3,032	1,792	37,789
Борщ с капустой и картофелем	200	15,8	1,419	4,096	9,836	82,708
Сметана (для первых блюд)	10	5,15	0,260	1,500	0,360	16,200
Плов из говядины	150/50	108	18,755	20,602	40,095	421,646
Чай с сахаром	200	3	0,100	0,026	14,990	60,059
Хлеб пшеничный в/с	30	3,3	0,228	0,240	1,476	7,050
Хлеб столичный ржаной	20	2,15	0,122	0,024	0,798	3,940
ИТОГО:		150,00	21,51	29,52	69,35	629,39

Повар-бригадир

