

## УМП "ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ"

## МЕНЮ

20 ноября 2023 год

СОГЛАСОВАНО:

Директор школы



Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Цена, руб.	Белки гр.	Жиры, гр.	Углевод ы, гр.	Энергет ценность, ккал.
<b>ЗАВТРАК льготная категория 7-11 лет (1-4 кл)</b>						
Огурец свежий (порционно)	60	22,74	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
Яблоко / Вафли весовые	150/40	49,34	0,400	0,400	9,800	47,000
<b>ИТОГО:</b>		<b>160,00</b>	<b>16,74</b>	<b>19,17</b>	<b>85,86</b>	<b>584,47</b>
<b>ЗАВТРАК льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)</b>						
Огурец свежий (порционно)	100	37,90	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
Чай с сахаром	200	4,00	0,100	0,026	14,990	60,059
Хлеб пшеничный в/с	50	5,50	0,380	0,400	2,460	11,750
Яблоко / Вафли весовые	150/40	48,36	0,400	0,400	9,800	47,000
<b>ИТОГО:</b>		<b>160,00</b>	<b>17,60</b>	<b>20,15</b>	<b>83,35</b>	<b>584,40</b>
<b>ОБЕД льготная категория 7-11 лет (1-4 кл)</b>						
Помидоры свежие (порционно)	60	30,84	0,660	0,120	2,280	14,400
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
Компот из слив	200	19,40	0,355	0,133	28,214	117,516
Хлеб пшеничный в/с	50	5,50	0,380	0,400	2,460	11,750
Киви	110	47,76	0,400	0,400	9,800	47,000
<b>ИТОГО:</b>		<b>238,00</b>	<b>28,99</b>	<b>28,47</b>	<b>94,74</b>	<b>755,19</b>
<b>ОБЕД льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)</b>						
Помидоры свежие (порционно)	100	51,400	1,100	0,200	3,800	24,000
Суп картофельный с бобовыми	250	14,000	5,370	5,580	19,560	150,650
Мясо отварное говядина (для первых блюд)	5	9,630	1,512	1,297	0,122	17,810
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
Чай с сахаром	200	4,000	0,100	0,026	14,990	60,059
Хлеб пшеничный в/с	50	5,50	0,380	0,400	2,460	11,750
Киви	110	48,01	0,400	0,400	9,800	47,000
<b>ИТОГО:</b>		<b>238,00</b>	<b>29,67</b>	<b>28,81</b>	<b>93,70</b>	<b>755,09</b>

УМП "ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ"

**МЕНЮ**

20 ноября 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>						
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
<b>ИТОГО:</b>		<b>107,00</b>	<b>17,05</b>	<b>20,23</b>	<b>92,95</b>	<b>622,95</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>						
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
Компот из слив	200	19,400	0,355	0,133	28,214	117,516
Хлеб пшеничный в/с	50	5,720	0,380	0,400	2,460	11,750
<b>ИТОГО:</b>		<b>150,00</b>	<b>26,42</b>	<b>26,65</b>	<b>82,63</b>	<b>675,98</b>