

УМП "ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ"

МЕНЮ

21 ноября 2023 год



Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Цена, руб.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность, ккал.
<b>ЗАВТРАК льготная категория 7-11 лет (1-4 кл)</b>						
Каша "Янтарная" из крупы пшеничной с яблоками	200	44,400	7,820	8,000	38,490	258,752
Бутерброд с сыром (хлеб пшеничный в/с) 50гр/10гр	60	16,200	3,822	4,785	2,214	65,175
Йогурт питьевой	200	42,400	8,200	3,000	11,800	114,000
Шоколад Аленка	15	20,000	0,400	0,400	9,800	47,000
Расстегай с мясом (говядина)	72	37,000	9,423	7,310	29,127	219,777
<b>ИТОГО:</b>		<b>160,00</b>	<b>29,67</b>	<b>23,50</b>	<b>91,43</b>	<b>704,704</b>
<b>ЗАВТРАК льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)</b>						
Каша янтарная из крупы пшеничной с яблоками	250	55,500	9,775	10,000	48,113	323,440
Бутерброд с сыром (хлеб пшеничный в/с) 40гр/20гр	60	25,100	4,126	5,105	4,182	74,575
Йогурт питьевой	200	42,400	8,200	3,000	11,800	114,000
Расстегай с мясом (говядина)	72	37,000	9,423	7,310	29,127	219,777
<b>ИТОГО:</b>		<b>160,00</b>	<b>31,52</b>	<b>25,42</b>	<b>93,22</b>	<b>731,79</b>
<b>ОБЕД льготная категория 7-11 лет (1-4 кл)</b>						
Салат Витаминный с кукурузой	60	13,560	1,060	3,674	7,436	67,762
Щи из свежей капусты с картофелем	200	13,200	1,454	4,120	7,152	72,536
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
Котлета из говядины с соусом красным основным	60/40	61,680	9,252	11,999	4,703	163,219
Пюре картофельное	150	29,250	3,329	4,353	22,655	143,535
Компот из свежих фруктов (апельсины)	200	35,800	0,591	0,300	31,448	135,378
Хлеб пшеничный в/с	50	5,500	0,380	0,400	2,460	11,750
Хлеб столичный ржаной	40	4,240	0,244	0,048	1,596	7,880
Киви	120	50,190	0,400	0,400	9,800	47,000
<b>ИТОГО:</b>		<b>238,00</b>	<b>19,99</b>	<b>29,39</b>	<b>87,67</b>	<b>700,88</b>
<b>ОБЕД льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)</b>						
Салат Витаминный с кукурузой	100	22,600	1,767	6,124	12,339	112,936
Щи из свежей капусты с картофелем	250	16,500	1,818	5,150	8,940	90,670
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
Котлета из говядины с соусом красным основным	60/40	61,68	9,252	11,999	4,703	163,219
Пюре картофельное	180	35,100	3,994	5,224	27,185	172,242
Компот из свежих фруктов (апельсины)	200	35,800	0,591	0,300	31,448	135,378
Хлеб пшеничный в/с	50	5,500	0,380	0,400	2,460	11,750
Хлеб столичный ржаной	20	2,120	0,122	0,024	0,798	3,940
Яблоко	150	34,12	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>ИТОГО:</b>		<b>238,00</b>	<b>21,61</b>	<b>33,71</b>	<b>98,09</b>	<b>788,96</b>

Повар-бригадир *Муромова И.И.*

УМП "ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ"

МЕНЮ

21 ноября 2023 год



Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Цена, руб.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Угледо ы, гр.	Энергет ценность , ккал.
<b>ЗАВТРАК 1 комплекс 12 лет и старше (5-11 кл)</b>						
Каша янтарная из крупы пшенной с яблоками	250	55,500	9,775	10,000	48,113	323,440
Напиток Здоровье (яблоко, клюква)	200	14,500	0,175	0,125	26,002	107,260
Расстегай с мясом (говядина)	72	37,000	9,423	7,310	29,127	219,777
<b>ИТОГО:</b>		<b>107,00</b>	<b>19,37</b>	<b>17,44</b>	<b>103,24</b>	<b>650,48</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>						
Щи из свежей капусты с картофелем	200	13,200	1,454	4,120	7,152	72,536
Сметана (для первых блюд)	10	5,330	0,260	1,500	0,360	16,200
Котлета из говядины с соусом красным основным	60/40	61,680	9,252	11,999	4,703	163,219
Пюре картофельное	150	29,250	3,329	4,353	22,655	143,535
Компот из свежих фруктов (апельсины)	200	35,800	0,591	0,300	31,448	135,378
Хлеб пшеничный в/с	43	4,740	0,342	0,360	2,214	10,575
<b>ИТОГО:</b>		<b>150,00</b>	<b>15,23</b>	<b>22,63</b>	<b>68,53</b>	<b>541,44</b>

Повар-бригадир Муромов И.И.