

УМП "ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ"

СОГЛАСОВАНО:

Директор школы

МЕНЮ

29 сентября 2023 год

" 29 " 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 |

МЕНЮ

29 сентября 2023 год

" 29 " 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 |
| Яблоко | 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 |
| Яблоко | 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 |