

УМП "ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ"

СОГЛАСОВАНО:
Директор школы

МЕНЮ

2 октября 2023 год

" 2 " Октября 2023 год

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Цена, руб.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углерод ы, гр.	Энергет ценность , ккал.
ЗАВТРАК 12 лет и старше (5-11 кл)						
Огурец свежий (порционно)	100	29,500	0,700	0,100	1,900	11,000
Оладьи из печени с соусом красным	60/40	42,380	11,416	12,703	6,140	185,268
Рис отварной	180	16,740	4,601	6,521	48,057	269,325
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	6,000	0,163	0,033	15,200	62,439
Хлеб пшеничный в/с	40	4,380	0,380	0,400	2,460	11,750
ИТОГО:		99,00	17,26	19,76	73,76	539,78
ИТОГО:		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед ГПД						
Суп картофельный с бобовыми	200	12,80	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	6,15	4,669	2,724	33,455	177,172
Чай с сахаром и лимоном	200/30/7	8,00	0,163	0,033	15,200	62,439
Хлеб пшеничный в/с	65	6,80	0,380	0,400	2,460	11,750
ИТОГО:		150,00	27,74	27,85	69,65	638,72

МЕНЮ

2 октября 2023 год

" 2 " Октября 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)						
Огурец свежий (порционно)	80	23,60	0,560	0,080	1,520	9,600
Оладьи из печени с соусом красным	60/40	42,38	11,416	12,703	6,140	185,268
Рис отварной	150	13,95	3,834	5,434	40,048	224,438
Чай с сахаром	200	3,00	0,100	0,026	14,990	60,059
Хлеб пшеничный в/с	30	3,30	0,228	0,240	1,476	7,050
Нектарин	1шт	41,77	0,400	0,400	9,800	47,000
Йогурт фруктовый	100	32,00	3,895	1,425	5,605	54,150
ИТОГО:		160,00	20,43	20,31	79,58	587,57
ЗАВТРАК льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)						
Огурец свежий (порционно)	100	29,50	0,700	0,100	1,900	11,000
Оладьи из печени с соусом красным	60/40	42,38	11,416	12,703	6,140	185,268
Рис отварной	180	16,74	4,601	6,521	48,057	269,325
Чай с сахаром	200	3,00	0,100	0,026	14,990	60,059
Хлеб пшеничный в/с	50	5,50	0,380	0,400	2,460	11,750
Яблоко	1шт	38,57	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		135,69	17,60	20,15	83,35	584,40
ОБЕД льготная категория 7-11 лет (1-4 кл)						
Помидоры свежие (порционно)	100	30,700	1,100	0,200	3,800	24,000
Суп картофельный с бобовыми	200	12,80	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	6,15	4,669	2,724	33,455	177,172
Чай с сахаром и лимоном	200/30/7	8,00	0,163	0,033	15,200	62,439
Хлеб пшеничный в/с	50	5,50	0,380	0,400	2,460	11,750
Крендель сахарный	100	30,00	7,252	12,279	61,420	384,877
Слива	2шт	28,60	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		238,00	36,49	40,73	144,67	1094,59
ОБЕД льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)						
Помидоры свежие (порционно)	100	30,700	1,100	0,200	3,800	24,000
Суп картофельный с бобовыми	250	16,000	5,370	5,580	19,560	150,650
Мясо отварное говядина (для первых блюд)	10	19,25	3,024	2,593	0,061	35,620
Гуляш из говядины	50/50	97,000	15,204	17,636	2,826	231,214
Каша рассыпчатая перловая	180	7,380	5,603	3,269	40,146	212,607
Чай с сахаром и лимоном	200/30/7	8,000	0,100	0,026	14,990	60,059
Хлеб пшеничный в/с	20	2,20	0,152	0,160	0,984	4,700
Крендель сахарный	100	30,00	7,252	12,279	61,420	384,877
Слива	2шт	27,47	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		238,00	38,21	42,14	153,59	1150,73