

МЕНЮ

"07" сентября 2023 год

"07" сентября 2023 год

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Цена, руб.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углевод ы, гр.	Энергет ценность, ккал.
ЗАВТРАК льготная категория 7-11 лет (1-4 кл)						
Помидоры свежие (порционно)	60	18,420	0,660	0,120	2,280	14,400
Котлета рыбная (филе горбуши) с соусом сметанным	60/40	52,820	8,551	8,453	4,623	128,748
Рис отварной	150	13,950	3,834	5,434	40,048	224,438
Какао с сахаром и молоком	200	20,800	3,872	3,800	25,068	150,560
Хлеб пшеничный в/с	40	4,400	0,274	0,288	1,771	8,460
Хлеб столичный ржаной	25	2,360	0,171	0,034	1,117	5,516
Нектарин	1шт	47,250	4,930	1,026	28,940	144,662
ИТОГО:		160,00	22,29	19,15	103,85	676,78
ЗАВТРАК льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)						
Помидоры свежие (порционно)	100	30,700	1,100	0,200	3,800	24,000
Котлета рыбная (филе горбуши) с соусом сметанным	60/40	52,820	8,551	8,453	4,623	128,748
Рис отварной	180	16,740	4,601	6,521	48,057	269,325
Какао с сахаром и молоком	200	8,000	3,872	3,800	25,068	150,560
Хлеб пшеничный в/с	40	4,400	0,274	0,288	1,771	8,460
Нектарин	1шт	47,340	4,930	1,026	28,940	144,662
ИТОГО:		160,00	23,33	20,29	112,26	725,76
ОБЕД льготная категория 7-11 лет (1-4 кл)						
Винегрет овощной	80	15,520	0,913	6,046	4,674	77,516
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	15,800	2,296	2,348	16,628	97,300
Мясо отварное говядина (для первых блюд)	10	19,250	3,024	2,593	0,061	35,620
Плов из говядины	150/50	108,000	18,755	20,602	40,095	421,646
Сок в ассортименте	200	20,800	1,000	0,200	20,200	92,000
Хлеб пшеничный в/с	40	4,400	0,380	0,400	2,460	11,750
Хлеб столичный ржаной	20	1,920	0,171	0,034	1,117	5,516
Яблоко	1шт	52,310	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		238,00	26,94	32,62	95,04	788,35
ОБЕД льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)						
Винегрет овощной	100	19,400	1,522	10,780	7,791	129,194
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	19,750	2,870	2,935	20,785	121,625
Мясо отварное говядина (для первых блюд)	10	19,250	3,024	2,593	0,061	35,620
Плов из говядины	150/50	108,000	18,755	20,602	40,095	421,646
Сок в ассортименте	200	20,800	1,000	0,200	20,200	92,000
Хлеб столичный ржаной	20	1,920	0,171	0,034	1,117	5,516
Яблоко	1шт	48,880	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		238,00	27,74	37,54	99,85	852,60

УМП "ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ"

МЕНЮ

"07" сентября 2023 год

СОГЛАСОВАНО:

Директор школы

"07" сентября 2023 год

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Цена, руб.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углерод ы, гр.	Энергет ценность , ккал.
ЗАВТРАК 1 комплекс 12 лет и старше (5-11 кл)						
Котлета рыбная (филе горбуши) с соусом сметанным	60/40	52,82	8,551	8,453	4,623	128,748
Рис отварной	180	16,740	4,601	6,521	48,057	269,325
Напиток клюквенный(брусничный)	200	20,000	0,175	0,125	26,002	107,260
Хлеб пшеничный в/с	50	5,400	0,380	0,400	2,460	11,750
Хлеб столичный ржаной	40	4,040	0,342	0,068	2,234	11,032
ИТОГО:		99,00	14,05	15,57	83,38	528,12
ЗАВТРАК 2 комплекс 12 лет и старше (5-11 кл)						
ИТОГО:		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ОБЕД ГПД						
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	15,800	2,296	2,348	16,628	97,300
Плов из говядины	150/50	108,000	18,755	20,602	40,095	421,646
Сок в ассортименте	200	20,800	1,000	0,200	20,200	92,000
Хлеб пшеничный в/с	50	5,400	0,380	0,400	2,460	11,750
ИТОГО:		150,00	22,43	23,55	79,38	622,70

Повар-бригадир Иванова