

УМП "ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ"

МЕНЮ

7 декабря 2023 год

СОГЛАСОВАНО

Директор школы



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)						
огурец консервированный (порционно)	60	14,460	0,289	0,036	0,614	4,698
Котлета рыбная (филе горбуши) с соусом сметанным	60/40	43,060	8,551	8,453	4,623	128,748
Пюре картофельное	150	29,250	3,329	4,353	22,655	143,535
Какао с сахаром и молоком	200	22,600	3,872	3,800	25,068	150,560
Хлеб пшеничный в/с	36	3,960	0,274	0,288	1,771	8,460
Хлеб столичный ржаной	20	2,120	0,122	0,024	0,798	3,940
Киви	105	44,550	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		160,00	16,84	17,35	65,33	486,941
ЗАВТРАК льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)						
огурец консервированный (порционно)	100	24,100	0,481	0,060	1,023	7,830
Котлета рыбная (филе горбуши) с соусом сметанным	60/40	43,060	8,551	8,453	4,623	128,748
Пюре картофельное	180	35,100	3,994	5,224	27,185	272,242
Какао с сахаром и молоком	200	22,600	3,872	3,800	25,068	150,560
Хлеб пшеничный в/с	36	3,960	0,274	0,288	1,771	8,460
Хлеб столичный ржаной	20	2,120	0,122	0,024	0,798	3,940
Яблоко	130	29,06	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		160,00	17,69	18,25	70,27	618,78
ОБЕД льготная категория 7-11 лет (1-4 кл)						
Винегрет овощной	60	10,860	0,913	6,046	4,674	77,516
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	13,200	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	111,000	18,755	20,602	40,095	421,646
Сок в ассортименте	200	22,000	1,000	0,200	20,200	92,000
Хлеб пшеничный в/с	30	3,300	0,228	0,240	1,476	7,050
Хлеб столичный ржаной	20	2,120	0,122	0,024	0,798	3,940
Мандарин	110	46,190	0,400	0,400	9,800	47,000
Печенье весовое	35	10,080	2,975	3,955	24,395	144,900
ИТОГО:		238,00	29,71	36,41	118,13	926,97
ОБЕД льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)						
Винегрет овощной	100	18,100	1,522	10,780	7,791	129,194
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	16,500	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	111,000	18,755	20,602	40,095	421,646
Чай с сахаром и лимоном	200/30/7	9,000	0,163	0,033	15,200	62,439
Хлеб пшеничный в/с	40	4,400	0,304	0,320	1,968	9,400
Хлеб столичный ржаной	30	3,180	0,183	0,036	1,197	5,910
Мандарин	110	46,490	0,400	0,400	9,800	47,000
Печенье весовое	35	10,080	2,975	3,955	24,395	144,900
ИТОГО:		238,00	30,20	41,65	121,29	977,73

УМП "ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ"

МЕНЮ

7 декабря 2023 год



" 7 декабря 2023 год

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Цена, руб.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Угледо ы, гр.	Энергет ценность , ккал.
ЗАВТРАК 1 комплекс 12 лет и старше (5-11 кл)						
Котлета рыбная (филе горбуши) с соусом сметанным	60/40	43,06	8,551	8,453	4,623	128,748
Пюре картофельное	180	35,100	3,994	5,224	27,185	272,242
Какао с сахаром и молоком	200	22,600	3,872	3,800	25,068	150,560
Хлеб пшеничный в/с	55	6,240	0,418	0,440	2,706	12,925
ИТОГО:		107,00	16,84	17,92	59,58	564,48
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	13,200	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	111,000	18,755	20,602	40,095	421,646
Чай с сахаром	200	4,000	0,100	0,026	14,990	60,059
Хлеб пшеничный в/с	25	2,550	0,380	0,400	2,460	11,750
ИТОГО:		150,00	24,56	25,97	74,23	626,38

Повар-бригадир Ручеева И. В.