

УМП "ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ"

МЕНЮ

17 ноября 2023 год



| Наименование блюда | Выход блюда, гр. | Цена, руб. | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углевод * 100, гр. | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|------------------|---------------|--------------|--------------|--------------------|--------------------------------|
| ЗАВТРАК льготная категория 7-11 лет (1-4 кл) | | | | | | |
| Закуска: Икра кабачковая | 60 | 9 | 1,140 | 5,340 | 4,620 | 71,400 |
| Котлета из говядины с соусом красным основным | 60/40 | 61,68 | 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 | 23,4 | 3,595 | 3,220 | 25,510 | 146,200 |
| Хлеб пшеничный в/с | 56 | 6,16 | 0,396 | 0,312 | 2,569 | 12,400 |
| Киви | 110 | 45,36 | 0,400 | 0,400 | 9,800 | 47,000 |
| | | | | | | |
| ИТОГО: | | 160,00 | 22,71 | 27,14 | 82,99 | 667,576 |
| ЗАВТРАК льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл) | | | | | | |
| Закуска: Икра кабачковая | 100 | 15 | 1,900 | 8,900 | 7,700 | 119,000 |
| Котлета из говядины с соусом красным основным | 60/40 | 61,68 | 9,252 | 11,999 | 4,703 | 163,219 |
| Каша рассыпчатая гречневая | 180 | 17,28 | 9,508 | 7,044 | 42,941 | 272,828 |
| Чай с молоком | 200/15/15 | 12 | 0,163 | 0,033 | 15,200 | 62,439 |
| Хлеб пшеничный в/с | 60 | 6,6 | 0,456 | 0,480 | 2,952 | 14,100 |
| Киви | 110 | 47,44 | 0,400 | 0,400 | 9,800 | 47,000 |
| | | | | | | |
| ИТОГО: | | 160,00 | 21,68 | 28,86 | 83,30 | 678,59 |
| ОБЕД льготная категория 7-11 лет (1-4 кл) | | | | | | |
| Салат из огурцов и зеленого горошка консервированных (лук репчатый, масло растительное) | 60 | 12,42 | 0,625 | 3,032 | 1,792 | 37,789 |
| Борщ с капустой и картофелем | 200 | 15,2 | 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 | 5,33 | 0,260 | 1,500 | 0,360 | 16,200 |
| Плов из говядины | 150/50 | 111 | 18,755 | 20,602 | 40,095 | 421,646 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200 | 9 | 0,163 | 0,033 | 15,200 | 62,439 |
| Хлеб пшеничный в/с | 60 | 6,6 | 0,456 | 0,480 | 2,952 | 14,100 |
| Йогурт фруктовый | 95 | 45 | 3,895 | 1,425 | 5,605 | 54,150 |
| Вафли весовые | 40 | 14,8 | 1,120 | 1,320 | 30,920 | 141,600 |
| | | | | | | |
| ИТОГО: | | 238,60 | 29,72 | 35,08 | 106,82 | 866,25 |
| ОБЕД льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл) | | | | | | |
| Салат из огурцов и зеленого горошка консервированных (лук репчатый, масло растительное) | 80 | 16,78 | 0,834 | 4,043 | 2,388 | 50,384 |
| Борщ с капустой и картофелем | 250 | 19 | 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) | 5 | 2,67 | 0,130 | 0,750 | 0,180 | 8,100 |
| Плов из говядины | 150/50 | 111 | 18,755 | 20,602 | 40,095 | 421,646 |
| Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,100 | 0,026 | 14,990 | 60,059 |
| Хлеб пшеничный в/с | 50 | 5,5 | 0,380 | 0,400 | 2,460 | 11,750 |
| Йогурт фруктовый | 95 | 45 | 3,895 | 1,425 | 5,605 | 54,150 |
| Вафли весовые | 40 | 14,8 | 1,120 | 1,320 | 30,920 | 141,600 |
| | | | | | | |
| ИТОГО: | | 238,00 | 30,01 | 36,28 | 108,99 | 886,69 |

УМП "ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ"

МЕНЮ

17 ноября 2023 год



| Наименование блюда | Выход блюда, гр. | Цена, руб. | Белки, гр. | Жиры, гр. | Углевод ы, гр. | Энергет ценность , ккал. |
|---|------------------------|---------------|---------------|--------------|----------------------|-----------------------------------|
| ЗАВТРАК 1 комплекс 12 лет и старше (5-11 кл) | | | | | | |
| Котлета из говядины с соусом красным основным | 60/40 | 61,68 | 9,252 | 11,999 | 4,703 | 163,219 |
| Каша рассыпчатая гречневая | 180 | 17,28 | 9,508 | 7,044 | 42,941 | 272,828 |
| Напиток кофейный | 200 | 23,4 | 3,595 | 3,220 | 25,510 | 146,200 |
| Хлеб пшеничный в/с | 40 | 4,64 | 0,304 | 0,320 | 1,968 | 9,400 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| ИТОГО: | | 107,00 | 22,66 | 22,58 | 75,12 | 591,65 |
| 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 | 12,42 | 0,625 | 3,032 | 1,792 | 37,789 |
| Борщ с капустой и картофелем | 200 | 15,2 | 1,419 | 4,096 | 9,836 | 82,708 |
| Сметана (для первых блюд) | 5 | 2,67 | 0,130 | 0,750 | 0,180 | 8,100 |
| Плов из говядины | 150/50 | 111 | 18,755 | 20,602 | 40,095 | 421,646 |
| Чай с сахаром | 200 | 4 | 0,100 | 0,026 | 14,990 | 60,059 |
| Хлеб пшеничный в/с | 40 | 4,71 | 0,304 | 0,320 | 1,968 | 9,400 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| ИТОГО: | | 150,00 | 21,33 | 28,83 | 68,86 | 619,70 |