

## УМП "ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ"

## МЕНЮ

19 октября 2023 год



Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Цена, руб.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углевод ы, гр.	Энергет ценность, ккал.
<b>ЗАВТРАК льготная категория 7-11 лет (1-4 кл)</b>						
Помидоры свежие (порционно)	60	18,420	0,660	0,120	2,280	14,400
Котлета рыбная (филе горбуши) с соусом сметанным	60/40	43,060	8,551	8,453	4,623	128,748
Капуста тушеная	150	30,150	3,329	4,353	22,655	143,535
Компот из киви	200	24,200	0,384	0,192	27,840	150,560
Хлеб пшеничный в/с	50	5,500	0,380	0,400	2,460	11,750
Хлеб столичный ржаной	28	2,970	0,171	0,034	1,117	5,516
Яблоко	1шт	35,700	0,400	0,400	9,800	47,000
<b>ИТОГО:</b>		<b>160,00</b>	<b>13,88</b>	<b>13,95</b>	<b>70,78</b>	<b>501,51</b>
<b>ЗАВТРАК льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)</b>						
Помидоры свежие (порционно)	100	30,700	1,100	0,200	3,800	24,000
Котлета рыбная (филе горбуши) с соусом сметанным	60/40	43,060	8,551	8,453	4,623	128,748
Капуста тушеная	180	36,180	3,994	5,224	27,185	272,242
Чай с лимоном	200/15/7	7,000	0,163	0,033	15,200	62,439
Хлеб пшеничный в/с	50	5,500	0,380	0,400	2,460	11,750
Хлеб столичный ржаной	28	2,970	0,171	0,034	1,117	5,516
Яблоко	1шт	34,59	0,400	0,400	9,800	47,000
<b>ИТОГО:</b>		<b>160,00</b>	<b>14,76</b>	<b>14,74</b>	<b>64,19</b>	<b>551,70</b>
<b>ОБЕД льготная категория 7-11 лет (1-4 кл)</b>						
Винегрет овощной	60	9,780	0,913	6,046	4,674	77,516
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	12,800	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	106,000	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	60	6,600	0,456	0,480	2,952	14,100
Киви	1шт	50,170	0,400	0,400	9,800	47,000
Вафли весовые	45	12,600	1,260	1,485	34,785	159,300
<b>ИТОГО:</b>		<b>238,00</b>	<b>28,10</b>	<b>34,15</b>	<b>129,20</b>	<b>944,48</b>
<b>ОБЕД льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)</b>						
Винегрет овощной	100	16,300	1,522	10,780	7,791	129,194
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	16,000	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	106,000	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	50	5,500	0,380	0,400	2,460	11,750
Хлеб столичный ржаной	28	2,970	0,171	0,034	1,117	5,516
Киви	1шт	50,380	0,400	0,400	9,800	47,000
Вафли весовые	45	12,600	1,260	1,485	34,785	159,300
<b>ИТОГО:</b>		<b>238,00</b>	<b>28,55</b>	<b>39,26</b>	<b>132,09</b>	<b>994,09</b>

УМП "ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ"

МЕНЮ

19 октября 2023 год



Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Цена, руб.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углевод ы, гр.	Энергет ценность , ккал.
<b>ЗАВТРАК 1 комплекс 12 лет и старше (5-11 кл)</b>						
Котлета рыбная (филе горбуши) с соусом сметанным	60/40	43,06	8,551	8,453	4,623	128,748
Капуста тушеная	180	36,180	3,994	5,224	27,185	272,242
Чай с сахаром	200	4,000	0,100	0,026	14,990	60,059
Хлеб пшеничный в/с	40	4,380	0,152	0,160	0,984	4,700
Слива	1шт	19,380	0,400	0,400	9,800	47,000
<b>ИТОГО:</b>		<b>107,00</b>	<b>13,20</b>	<b>14,26</b>	<b>57,58</b>	<b>512,75</b>
<b>ЗАВТРАК 2 комплекс 12 лет и старше (5-11 кл)</b>						
<b>ИТОГО:</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>ОБЕД ГПД</b>						
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	12,800	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	106,000	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	25	2,950	0,380	0,400	2,460	11,750
<b>ИТОГО:</b>		<b>150,00</b>	<b>24,62</b>	<b>25,98</b>	<b>74,44</b>	<b>628,76</b>