

МЕНЮ

21 сентября 2023 год

"21" 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
Картофель запеченный с сыром	150	34,050	3,329	4,353	22,655	143,535
Йогурт питьевой	200	26,600	8,200	3,000	11,800	114,000
Хлеб пшеничный в/с	30	3,300	0,228	0,240	1,476	7,050
Пирог манный	80	24,810	5,835	7,997	43,877	271,144
ИТОГО:		160,00	26,80	24,16	86,71	678,88
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
Картофель запеченный с сыром	180	40,860	3,994	5,224	27,185	272,242
Йогурт питьевой	200	26,600	8,200	3,000	11,800	114,000
Хлеб пшеничный в/с	50	5,500	0,380	0,400	2,460	11,750
Хлеб столичный ржаной	35	3,520	0,214	0,042	1,397	6,895
ИТОГО:		160,00	22,44	17,32	51,26	557,64
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	57	6,320	0,380	0,400	2,460	11,750
Нектарин	1шт	52,310	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		238,00	26,77	32,59	93,92	782,83
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 пшеничный в/с	20	1,920	0,152	0,160	0,984	4,700
Нектарин	1шт	48,880	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		238,00	27,72	37,67	99,72	851,79

УМП "ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ"

МЕНЮ

21 сентября 2023 год

СОГЛАСОВАНО:
Директор школы

"21" сентября 2023 год

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Цена, руб.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Угледо ды, 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
Картофель запеченный с сыром	180	40,860	3,994	5,224	27,185	272,242
Чай с сахаром	200	3,000	0,100	0,026	14,990	60,059
Хлеб пшеничный в/с	20	2,320	0,152	0,160	0,984	4,700
ИТОГО:		99,00	12,80	13,86	47,78	465,75
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