

УМП "ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ"

МЕНЮ

16 мая 2025 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)						
Гуляш из курицы	50/50	90	19,781	5,976	4,297	150,628
Каша рассыпчатая гречневая	150	16,05	7,923	5,870	35,784	227,357
Напиток из шиповника	200	20	0,680	0,280	29,620	136,600
Батон йодированный	36	8,68	0,274	0,288	1,771	8,460
Хлеб обогащенный Омега	20	5	0,220	0,160	0,960	4,840
Фрукт		32,27	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		172,00	29,28	12,97	82,23	575
ЗАВТРАК льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)						
Гуляш из курицы	50/50	90	19,781	5,976	4,297	150,628
Каша рассыпчатая гречневая	180	19,26	9,508	7,044	42,941	272,828
Напиток из шиповника	200	20	0,680	0,280	29,620	136,600
Батон йодированный	50	12,05	0,380	0,400	2,460	11,750
Хлеб обогащенный Омега	30	7,5	0,183	0,036	1,197	5,910
Фрукт		23,19	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		172,00	30,93	14,14	90,32	625
ОБЕД льготная категория 7-11 лет (1-4 кл)						
Подгарнировка из свежих огурцов с маслом растительным	30	18,99	0,199	1,810	0,541	19,317
Борщ с капустой и картофелем	200	18	1,419	4,096	9,836	82,708
Мясо отварное говядина (для первых блюд)	10	22,62	3,024	2,593	0,061	35,620
Сметана (для первых блюд)	10	6,26	0,260	1,500	0,360	16,200
Жаркое по-домашнему из говядины	150/50	141	17,400	20,272	21,091	337,206
Напиток из свежих фруктов (груши)	200	17	0,198	0,044	25,734	105,220
Хлеб пшеничный в/с	50	8,1	0,380	0,400	2,460	11,750
Хлеб столичный ржаной	28	4,28	0,171	0,034	1,117	5,516
Фрукт, выпечка		21,75	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		258,00	23,45	31,15	71,00	661
ОБЕД льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)						
Подгарнировка из свежих огурцов с маслом	30	18,99	0,199	1,810	0,541	19,317
Борщ с капустой и картофелем	250	22,5	1,774	5,120	12,295	103,385
Мясо отварное говядина (для первых блюд)	10	22,62	3,024	2,593	0,061	35,620
Сметана (для первых блюд)	10	6,26	0,260	1,500	0,360	16,200
Жаркое по-домашнему из говядины	150/50	141	17,400	20,272	21,091	337,206
Напиток из свежих фруктов (груши)	200	17	0,198	0,044	25,734	105,220
Хлеб пшеничный в/с	70	11,34	0,532	0,560	3,444	16,450
Хлеб столичный ржаной	28	4,28	0,171	0,034	1,117	5,516
Фрукт, выпечка		14,01	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		258,00	23,96	32,33	74,44	686

Синяев

УМП "ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ"

МЕНЮ

16 мая 2025 год



СОГЛАСОВАНО:

Директор школы

Н.В.Заплишная

"16" мая 2025 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)						
Гуляш из курицы	50/50	90	19,781	5,976	4,297	150,628
Каша рассыпчатая гречневая	180	19,26	9,508	7,044	42,941	272,828
Напиток из шиповника	200	20	0,680	0,280	29,620	136,600
Батон йодированный	50	12,05	0,380	0,400	2,460	11,750
Хлеб обогащенный Омега	30	7,5	0,183	0,036	1,197	5,910
Фрукт		23,190	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		172,00	30,93	14,14	90,32	625
ЗАВТРАК 2 комплекс 12 лет и старше (5-11 кл)						
ИТОГО:		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ОБЕД ГПД						
Борщ с капустой и картофелем	200	18	1,419	4,096	9,836	82,708
Сметана (для первых блюд)	10	6,26	0,260	1,500	0,360	16,200
Жаркое по-домашнему из говядины	30/200	108	17,400	20,272	21,091	337,206
Чай с сахаром	200	5	0,100	0,026	14,990	60,059
Хлеб пшеничный в/с	50	8,1	0,380	0,400	2,460	11,750
выпечка, конд изд		4,64	0,400	0,400	9,800	47,000
ИТОГО:		150,00	19,96	26,69	58,54	555

Повар-бригадир

Синица