

УМП "ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ"

МЕНЮ

18 октября 2024 год



Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Цена, руб.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Угледо ы, гр.	Энергет ценность, ккал.
<b>ЗАВТРАК льготная категория 7-11 лет (1-4 кл)</b>						
Гуляш из говядины	50/50	113	15,204	17,636	2,826	231,214
Каша рассыпчатая гречневая	150	16,05	7,923	5,870	35,784	227,357
Чай с сахаром и шиповником	200	10	0,372	0,138	18,854	82,779
Хлеб пшеничный в/с	36	5,83	0,274	0,288	1,771	8,460
Хлеб столичный ржаной	20	3,06	0,122	0,024	0,798	3,940
Фрукт	100	18,06	0,400	0,400	9,800	47,000
<b>ИТОГО:</b>		<b>166,00</b>	<b>24,29</b>	<b>24,36</b>	<b>69,83</b>	<b>600,75</b>
<b>ЗАВТРАК льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)</b>						
Гуляш из говядины	50/50	113	15,204	17,636	2,826	231,214
Каша рассыпчатая гречневая	180	19,26	9,508	7,044	42,941	272,828
Чай с сахаром и шиповником	200	10	0,372	0,138	18,854	82,779
Хлеб пшеничный в/с	60	9,74	0,456	0,480	2,952	14,100
Булочка Ромашка с джемом	50	14,000	0,400	0,400	9,800	47,000
<b>ИТОГО:</b>		<b>166,00</b>	<b>25,94</b>	<b>25,70</b>	<b>77,37</b>	<b>647,92</b>
<b>ОБЕД льготная категория 7-11 лет (1-4 кл)</b>						
Подгарнировка из свежих огурцов с маслом растительным	30	18,87	0,199	1,810	0,541	19,317
Борщ с капустой и картофелем	200	17,2	1,419	4,096	9,836	82,708
Мясо отварное говядина (для первых блюд)	10	22,35	3,024	2,593	0,061	35,620
Сметана (для первых блюд)	10	5,87	0,260	1,500	0,360	16,200
Жаркое по-домашнему из говядины	150/50	132	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
Вафли	53	22,33	0,400	0,400	9,800	47,000
<b>ИТОГО:</b>		<b>248,00</b>	<b>23,45</b>	<b>31,15</b>	<b>71,00</b>	<b>660,54</b>
<b>ОБЕД льготная категория 12 лет и старше (5-11 кл)</b>						
Подгарнировка из свежих огурцов с маслом	30	18,87	0,199	1,810	0,541	19,317
Борщ с капустой и картофелем	250	21,5	1,774	5,120	12,295	103,385
Мясо отварное говядина (для первых блюд)	10	22,35	3,024	2,593	0,061	35,620
Сметана (для первых блюд)	10	5,87	0,260	1,500	0,360	16,200
Жаркое по-домашнему из говядины	150/50	132	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
Вафли	35	14,79	0,400	0,400	9,800	47,000
<b>ИТОГО:</b>		<b>248,00</b>	<b>23,96</b>	<b>32,33</b>	<b>74,44</b>	<b>685,91</b>

*Синица*

УМП "ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ТОРГОВЛИ"

**МЕНЮ**

18 октября 2024 год



СОГЛАСОВАНО:

Директор школы

Н.В. Заплишная

18 октября 2024 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>						
Гуляш из говядины	50/50	113	15,204	17,636	2,826	231,214
Каша рассыпчатая гречневая	180	19,26	9,508	7,044	42,941	272,828
Чай с сахаром и шиповником	200	10	0,372	0,138	18,854	82,779
Хлеб пшеничный в/с	60	9,74	0,456	0,480	2,952	14,100
Булочка Ромашка с джемом	50	14,000	0,400	0,400	9,800	47,000
<b>ИТОГО:</b>		<b>166,00</b>	<b>25,94</b>	<b>25,70</b>	<b>77,37</b>	<b>647,92</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>						
Борщ с капустой и картофелем	200	17,2	1,419	4,096	9,836	82,708
Сметана (для первых блюд)	10	5,87	0,260	1,500	0,360	16,200
Жаркое по-домашнему из говядины	30/200	100	17,400	20,272	21,091	337,206
Чай с сахаром	200	4	0,100	0,026	14,990	60,059
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
Вафли	25	10,55	0,400	0,400	9,800	47,000
<b>ИТОГО:</b>		<b>150,00</b>	<b>20,13</b>	<b>26,73</b>	<b>59,65</b>	<b>560,44</b>

Повар-бригадир

*Сидорова*