МАОУ "ГИМНАЗИЯ № 31"

Меню на 01.03.2024 года

"Утверждаю"

Директор _____ / Самюкова С.А.

ГИМНАЗИЯ (7-10)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N рец
завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"							
БИТОЧКИ КУРИНЫЕ		90	18,57	16,63	11,29	269,12	209
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	3,20	6,02	21,67	153,62	241
ЧАЙ С САХАРОМ		200			0,29	1,17	300
ПЕЧЕНЬЕ (30)		30	4,44	5,64	43,86	243,96	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)		30	2,58	0,24	14,76	71,52	
ХЛЕБ РЖАНОЙ (20)		20	0,98	0,20	8,96	41,56	
Итого по подменю :	96,26		29,77	28,73	100,83	780,95	
обед "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"							
ОВОЩИ СВЕЖИЕ В НАРЕЗКЕ		60	0,66	0,12	2,28	12,84	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ		250	2,74	5,42	19,61	138,22	47
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ		70/40	19,07	15,82	6,88	246,11	192
КАПУСТА ТУШЕНАЯ 75		75	2,73	2,62	10,00	74,48	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 75		75	1,63	4,68	10,89	92,17	
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА		200	0,68	0,28	24,63	103,76	289
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)		30	2,58	0,24	14,76	71,52	
ХЛЕБ РЖАНОЙ (30)		30	1,47	0,30	13,44	62,34	
Итого по подменю :	96,26		31,56	29,48	102,49	801,44	

Зав. производством _____ / Власова /

Калькулятор _____ / Шарина /