

МАОУ "ГИМНАЗИЯ № 31"

Меню на 02.12.2024 года

Директор _____



ГИМНАЗИЯ (7-10)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	И рец
завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ		170	15,13	19,36	3,90	250,37	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	2,90	2,50	14,78	93,22	286
СЫР ТВЕРДЫЙ ПОРЦИОННЫЙ		15	2,56	2,61		33,73	
ХЛЕБ РЖАНОЙ (20)		20	0,98	0,20	8,96	41,56	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)		30	2,58	0,24	14,76	71,52	
СВЕЖИЕ ФРУКТЫ ПОРЦИОННЫЕ		150	0,60	0,60	14,70	66,60	

Итого по подменю : **96,26** 24,75 25,51 57,10 557,00

обед "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ		60	0,96	6,05	1,95	66,13	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ		250	5,97	4,69	19,51	144,13	
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ ИЗ КУРЫ		90	14,10	12,94	9,02	208,93	209
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		150	5,64	5,61	36,00	217,09	227
СОК		200	0,60	0,20	23,60	98,60	
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** 31,32 30,03 118,28 868,74

Зав. производством _____ / *Власов* /

Калькулятор _____ / _____ /