МАОУ "ГИМНАЗИЯ № 31"

Меню на 04.12.2024 года

"Утверждаю"

Директор _____ /_____/

ГИМНАЗИЯ (7-10)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N рец
завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"							
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ		200	5,14	7,03	32,22	212,68	
КАКАО С МОЛОКОМ		200	3,63	2,95	25,07	141,33	269
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ		15	0,05	8,25	0,08	74,77	365
СЫР ТВЕРДЫЙ ПОРЦИОННЫЙ		15	2,56	2,61		33,73	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)		30	2,58	0,24	14,76	71,52	
ХЛЕБ РЖАНОЙ (20)		20	0,98	0,20	8,96	41,56	
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ БЕЗ КРЕМА		30	4,44	5,64	43,86	243,96	
Итого по подменю :	96,26		19,38	26,92	124,95	819,55	
обед "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ		60	0,86	3,05	5,02	50,97	
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ		250/10	2,51	6,88	17,27	141,09	
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ		90	16,50	17,48	12,84	274,65	
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		150	5,45	5,24	20,02	149,03	
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ		200	0,46	0,10	28,13	115,26	280
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		29,83	33,29	111,48	864,86	

Зав. производством _____ / Власова /

Калькулятор _____ / _____ /