

МАОУ "ГИМНАЗИЯ № 31"

Меню на 08.05.2024 года

ГИМНАЗИЯ (7-10)

Директор

"Утверждаю"

 С.А. Савиных С.А.


Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	№ рец
завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"							
КАША "ДРУЖБА"		200	5,32	11,09	28,53	235,27	
СВЕЖИЙ ФРУКТ		150	0,60	0,60	14,70	66,60	
СЫР ПОРЦ		10	2,56	2,61		33,73	
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 :		96,76	12,53	14,84	71,43	469,46	
обед "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"							
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ		60	0,68	6,08	6,33	82,76 2	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ		250/5	2,00	5,92	12,89	112,84	
РИС ОТВАРНОЙ		150	3,81	5,49	40,01	224,68 224	
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ		90	12,14	3,77	5,79	105,62	
ЧАЙ С САХАРОМ		200			0,29	1,17 300	
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 :		96,76	22,68	21,80	93,51	660,93	

Зав. производством

Калькулятор

И. Масов / И. Масов /
Мор / Мор /