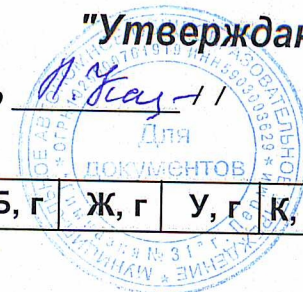


МАОУ "ГИМНАЗИЯ № 31"

Меню на 11.10.2024 года

Директор

"Утверждаю"



ГИМНАЗИЯ (7-10)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	№ рецеп
завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"							
БИТОЧКИ КУРИНЫЕ		90	18,57	16,63	11,29	269,12	209
КАША ГРЕЧНЕВАЯ		150	9,03	7,31	40,82	265,13	219
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	35,60	30,02	119,98	892,46	
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
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	3,20	6,02	21,67	153,62	241
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ ("ЕЖИКИ")		70/30	9,98	16,73	12,85	241,87	202
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	21,31	29,11	109,24	784,17	

Зав. производством _____ / Власов /

Калькулятор _____ / _____ /