МАОУ "ГИМНАЗИЯ № 31"

"Утверждаю"

Меню на 11.11.2024 года

Директор _____ / /

ГИМНАЗИЯ (7-10)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N рец
завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"							
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА		150/50	30,48	13,75	64,12	502,14	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		200	2,90	2,50	14,78	93,22	286
СЫР ПОРЦ.		15	3,84	3,92		50,60	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦ.		10	0,05	8,25	0,08	74,77	365
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 :	96,76		45,27	34,50	146,56	1077,77	
обед "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"							
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ		60	0,96	6,05	1,95	66,13	
СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ		250	5,20	6,78	24,65	180,39	
БИТОЧКИ КУРИНЫЕ		90	18,57	16,63	11,29	269,12	209
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		150	5,64	5,61	36,00	217,09	227
КОМПОТ ИЗ С/Ф		200	0,55	0,03	29,72	121,31	283
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)		30	2,58	0,24	14,76	71,52	
ХЛЕБ РЖАНОЙ (30)		30	1,47	0,30	13,44	62,34	
СВЕЖИЙ ФРУКТ		150	0,60	0,60	14,70	66,60	
Итого по подменю :	96,76		35,57	36,24	146,51	1054,50	

Зав. производством _____ / Власова /

Калькулятор _____ / _____ /