

# МАОУ "ГИМНАЗИЯ № 31"

Меню на 12.11.2024 года

Директор \_\_\_\_\_

"Утверждаю"



ГИМНАЗИЯ (7-10)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	И рец
<b>завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"</b>							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		170	17,19	29,15	4,06	347,34	
ЧАЙ С САХАРОМ		200			0,29	1,17	300
СВЕЖИЙ ФРУКТ		150	0,60	0,60	14,70	66,60	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)		30	2,58	0,24	14,76	71,52	
ХЛЕБ РЖАНОЙ (20)		20	0,98	0,20	8,96	41,56	
<b>Итого по подменю :</b>		<b>96,26</b>		21,35	30,19	42,77	528,19
<b>обед "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"</b>							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ		60	0,83	6,05	4,84	77,13	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ		250/30	2,50	3,40	15,97	104,50	46
КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ		70/50	16,07	21,11	4,88	273,78	405
КАША ГРЕЧНЕВАЯ		150	9,03	7,31	40,82	265,13	219
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	
<b>Итого по подменю :</b>		<b>96,26</b>		33,03	38,44	124,43	975,71

Зав. производством \_\_\_\_\_ / *Власов* /

Калькулятор \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /