МАОУ "ГИМНАЗИЯ № 31"

"Утверждаю"

Директор _____ / /

Меню на 15.10.2024 года

ГИМНАЗИЯ (7-10)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N рец
завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"							
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
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		200/7	0,07	0,01	15,35	61,77	294
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		32,28	28,33	130,22	905,02	
обед "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"							
ОВОЩИ СВЕЖИЕ В НАРЕЗКЕ		60	0,66	0,12	2,28	12,84	
СВЕКОЛЬНИК		250/10	2,37	6,75	16,93	137,95	43
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ		210	24,78	26,58	80,62	660,85	92
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	
СВЕЖИЙ ФРУКТ		150	0,60	0,60	14,70	66,60	
Итого по подменю :	96,26		32,46	34,59	143,02	1013,27	

Зав. производством _____ / Власова /

Калькулятор _____ / _____ /