

МАОУ "ГИМНАЗИЯ № 31"

Меню на 25.10.2024 года

Директор

П. Кас

"Утверждаю"



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
КАША ГРЕЧНЕВАЯ		150	9,03	7,31	40,82	265,13	219
ЧАЙ С САХАРОМ		200			0,29		1,17
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 *Д. Виасов* /

Калькулятор _____ / _____ /