

МАОУ "ГИМНАЗИЯ № 31"

Меню на 26.09.2024 года

Директор _____

"Утверждаю"

ГИМНАЗИЯ (7-10)



Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	И пер.
завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"							
ОВОЩИ СВЕЖИЕ В НАРЕЗКЕ		60	0,66	0,12	2,28	12,84	
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ	210		24,78	26,58	80,62	660,85	92
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7		0,07	0,01	15,35	61,77	294
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30		2,58	0,24	14,76	71,52	
ХЛЕБ РЖАНОЙ (20)	20		0,98	0,20	8,96	41,56	
<hr/>							
Итого по подменю :	96,26		29,07	27,15	121,97	848,54	
обед "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"							
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	60		0,98	6,05	5,76	81,39	4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250		6,15	4,72	21,36	152,54	
РИС ОТВАРНОЙ	150		3,81	5,49	40,01	224,68	224
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	90		12,14	3,77	5,79	105,62	
СОК	200		0,60	0,20	23,60	98,60	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30		2,58	0,24	14,76	71,52	
ХЛЕБ РЖАНОЙ (30)	30		1,47	0,30	13,44	62,34	
<hr/>							
Итого по подменю :	96,26		27,73	20,77	124,72	796,69	

Зав. производством _____ / *И. Исаев* /

Калькулятор _____ / _____ /