

МАОУ "ГИМНАЗИЯ № 31"

Меню на 27.09.2024 года

Директор _____

"Утверждаю"



ГИМНАЗИЯ (7-10)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	Н 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	300	
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. Дьячкова /

Калькулятор _____ / _____ /