

МАОУ "ГИМНАЗИЯ № 31"

Меню на 19.04.2021 года

Директор

"Утверждаю"

С.А. Савинова / *Савинова С.А.*

ГИМНАЗИЯ (7-10)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	№ рец
ЗАВТРАК (1 ВАРИАНТ)							
ОВОЩИ СВЕЖИЕ В НАРЕЗКЕ		60	0,66	0,12	2,28	12,84	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150		5,64	5,61	36,00	217,09	227
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ	90		14,26	17,91	6,95	246,07	203
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ИЗЮМОМ	200		0,43	0,16	26,80	110,29	284
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (60)	60		5,16	0,48	29,52	143,04	
Итого по подменю :			75,50	26,15	24,28	101,55	729,33
ОБЕД (1 ВАРИАНТ)							
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200		3,14	6,49	22,36	160,42	42
ОВОЩИ СВЕЖИЕ В НАРЕЗКЕ	60		0,66	0,12	2,28	12,84	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150		5,64	5,61	36,00	217,09	227
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ	90		14,26	17,91	6,95	246,07	203
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ИЗЮМОМ	200		0,43	0,16	26,80	110,29	284
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30		2,58	0,24	14,76	71,52	
ХЛЕБ РЖАНОЙ (60)	60		2,94	0,60	26,88	124,68	
Итого по подменю :			75,50	29,65	31,13	136,03	942,91
ЗАВТРАК (2 ВАРИАНТ)							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60		0,48	6,06	1,29	61,63	16
КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	80/40		14,14	19,50	4,63	250,55	210
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150		5,64	5,61	36,00	217,09	227
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200		0,68	0,28	24,63	103,76	289
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (60)	60		5,16	0,48	29,52	143,04	
Итого по подменю :			75,50	26,10	31,93	96,07	776,07
ОБЕД (2 ВАРИАНТ)							
СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	200		2,93	4,41	16,94	119,14	57
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60		0,48	6,06	1,29	61,63	16
КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	80/40		14,14	19,50	4,63	250,55	210
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150		5,64	5,61	36,00	217,09	227
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 (60)	60		2,94	0,60	26,88	124,68	
Итого по подменю :			75,50	29,39	36,70	125,13	948,37

Зав. производством

Калькулятор

Иванова / *Иванова* /
Иванова / *Иванова* /