

МАОУ "ГИМНАЗИЯ № 31"

Меню на 03.03.2023 года

ГИМНАЗИЯ (7-10)

Директор

"Утверждаю"

Для

документов

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	И рец
--------------------	------	-------	------	------	------	---------	-------

завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"

БИТОЧКИ КУРИНЫЕ	90	14,10	12,94	9,02	208,93	209
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150/5	3,20	6,02	21,67	153,62	241
ЧАЙ С САХАРОМ	200			0,29	1,17	300
СВЕЖИЙ ФРУКТ	150	0,60	0,60	14,70	66,60	
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 : 91,76 21,46 20,00 69,40 543,40

обед "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,69	6,05	5,44	78,93	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,87	2,46	20,79	116,74	47
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70/40	19,07	15,82	6,88	246,11	192
КАПУСТА ТУШЕНАЯ 75	75	1,95	5,58	8,15	90,64	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 75	75	1,63	4,68	10,89	92,17	
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 : 91,76 30,94 35,41 104,98 862,21

Зав. производством / Власова /

Калькулятор / Шар / Шар /