

МАОУ "ГИМНАЗИЯ № 31"

Меню на 15.05.2023 года

Директор

"Утверждаю"

ГИМНАЗИЯ (7-10)

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

завтрак "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"

ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150/50	30,48	13,75	64,12	502,14		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,90	2,50	14,78	93,22	286	
СЫР ПОРЦ.	15	3,84	3,92		50,60		
ХЛЕБ РЖАНОЙ (20)	20	0,98	0,20	8,96	41,56		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30	2,58	0,24	14,76	71,52		

Итого по подменю : 91,76 40,78 20,61 102,62 759,04

обед "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"

СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	250	5,15	6,77	24,36	178,97		
ОВОЩИ СВЕЖИЕ В НАРЕЗКЕ	60	0,66	0,12	2,28	12,84		
БИТОЧКИ КУРИНЫЕ	90	14,10	12,94	9,02	208,93	209	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	5,64	5,61	36,00	217,09	227	
КОМПОТ ИЗ С/Ф	200	0,55	0,03	29,72	121,31	283	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30	2,58	0,24	14,76	71,52		
ХЛЕБ РЖАНОЙ (30)	30	1,47	0,30	13,44	62,34		
СВЕЖИЙ ФРУКТ	150	0,60	0,60	14,70	66,60		

Итого по подменю : 91,76 30,75 26,61 144,28 939,60

Зав. производством / /

Калькулятор / /