

МАОУ "ГИМНАЗИЯ № 31"

Меню на 15.12.2023 года

Директор



ГИМНАЗИЯ (7-10)

Наименование блюда	Цена	Выход	Б, г	Ж, г	У, г	К, ккал	N 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
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)		30	2,58	0,24	14,76	71,52	
ХЛЕБ РЖАНОЙ (20)		20	0,98	0,20	8,96	41,56	
ПЕЧЕНЬЕ (30)		30	4,44	5,64	43,86	243,96	

Итого по подменю : 91,76 25,30 25,04 98,56 720,76

обед "ПЕРМЯЧОК ЗДОРОВЯЧОК"

ОВОЩИ СВЕЖИЕ В НАРЕЗКЕ		60	0,66	0,12	2,28	12,84	
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 30,91 29,48 101,82 796,12

Зав. производством

Калькулятор

С. А. Иванова
Иванова С. А.