

"Согласовано"

Директор школы №

" 2021 г.



ООО "Кавалер"
МЕНЮ
свободного выбора

"Утверждаю"

Ген.директор ООО "Кавалер"

Г.М.Гаськова.

"10" -февраля-2021 г.

вторник

школа № 426

Наименование	Цена	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /	№№ рецептур или технологический карты	Пищевая ценность				Витамины				Минеральные вещества			
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
Холодные блюда																
Рулетики из ветчины с сыром	35,00	40/20	к/к	к/к	1,50	2,50	10,80	68,00	0,030	6,00	0,11	1,20	153,00	102,50	10,00	1,10
Салат из ветчины и сыра	35,00	1/100	к/к	к/к	9,10	13,70	3,50	174,00	0,030	6,00	0,11	1,20	153,00	102,50	10,00	1,10
Яйцо под соусом Салатным	20,00	40/20	к/к	к/к	1,50	2,50	10,80	68,00	0,030	6,00	0,11	1,20	153,00	102,50	10,00	1,10
Винегрет овощной с сельдью	25,00	75/25	к/к	к/к	1,40	10,10	6,60	123,00	0,020	16,00	0,25	4,60	38,00	36,00	19,00	0,10
Салат "Нежный"	25,00	1/100	к/к	к/к	0,90	10,10	2,90	106,00	0,040	18,00	0,10	4,90	24,00	29,00	16,00	0,90
Сельдь под шубой	35,00	1/100	к/к	к/к	1,80	10,90	7,60	145,00	0,020	16,00	0,25	4,60	38,00	36,00	19,00	0,10
Салат "Цезарь"	35,00	1/100	к/к	к/к	1,60	5,10	7,70	83,00	49,000	15,00	28,00	0,70	0,02	27,00	0,03	2,30
Салат "Сухаревич"	35,00	1/100	к/к	к/к	1,50	2,50	10,80	68,00	0,030	6,00	0,11	1,20	153,00	102,50	10,00	1,10
Рыба под маринадом	35,00	1/100	сб.2008	№ 61	9,50	9,20	6,20	146,00	26,000	18,00	106,00	0,80	0,07	3,00	0,57	4,70
Салат из свеклы с сыром, чесноком и соусом Салатным	25,00	100/10/10	к/к	к/к	5,70	7,20	3,80	102,20	0,050	2,70	0,20	1,38	40,20	95,30	14,10	1,60
Вторые блюда																
Запеканка картофельная с мясом	75,00	1/200	сб.2008	№ 23	18,70	13,90	23,20	293,00	0,150	20,50	0,67	1,10	45,02	173,04	33,13	1,45
Руллет мясной с луком и яйцом	70,00	1/100	сб.2008	№ 312	14,48	37,05	8,10	483,70	85,50	38,30	265,50	2,25	0,15	20,25	0,18	5,63
Филе куриное запеченое с сыром и помидорами	95,00	100/50	к/к	к/к	18,50	10,75	14,65	214,55	0,100	24,50	0,70	2,70	68,52	134,04	38,63	1,95
Котлета куриная	60,00	1/100	к/к	к/к	25,20	1,90	0,74	160,00	0,060	18,00	0,20	0,60	52,00	206,00	32,00	2,00
Печень тушеная по-строгановски	75,00	100/50	к/к	к/к	18,20	10,40	13,86	222,00	0,07	12,00	0,10	2,70	61,50	123,00	28,50	1,50
Шницель куринный	65,00	1/120	к/к	к/к	28,40	1,80	0,80	170,00	0,060	18,00	0,20	0,60	52,00	206,00	32,00	2,00
Шашлык из филе куриного	80,00	1/100	к/к	к/к	23,31	19,31	0,11	272,00	0,050	13,50	0,15	0,45	39,00	154,50	24,00	1,50

Каша гречневая рассыпчатая	20,00	1/150	сб.2008	№ 323	3,50	4,60	37,70	206,00	0,040	0,00	0,04	0,12	14,60	104,00	34,60	0,80
Рис отварной	20,00	1/150	сб.2008	№ 325	3,70	6,30	32,80	203,00	0,020	0,00	0,05	0,30	3,00	61,00	19,00	0,60
Макаронные изделия отварные	20,00	1/150	сб.2008	№ 331	5,5	4,8	31,3	191	0,06	0	0,03	0,8	11	36	7	0,8