

"Согласовано"

Директор школы №

2021 г.



ООО "Кавалер"

МЕНЮ

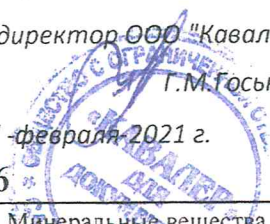
свободного выбора

"Утверждаю"

Ген. директор ООО "Кавалер"

Г.М. Госькова.

"10" февраля 2021 г.



среда

школа № 426

Наименование	Цена	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /	№№ рецептур или технологической 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
<b>Холодные блюда</b>																
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 зеленым горошком	20,00	1/100	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 с картофелем и маслом растительным	25,00	35,55/15	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
Салат "Степной" из разных овощей	25,00	1/100	сб.2008	№ 30	4,52	7,14	5,45	95,90	14,000	14,00	32,20	0,63	0,04	5,60	0,32	3,22
<b>Первые блюда</b>																
Суп харчо	50,00	500/25	сб.1996	№ 154	14,48	37,05	8,10	483,70	85,50	38,30	265,50	2,25	0,15	20,25	0,18	5,63
<b>Вторые блюда</b>																
Рыба запеченая с овощами	80,00	75/100	к/к	к/к	18,70	13,90	23,20	293,00	0,150	20,50	0,67	1,10	45,02	173,04	33,13	1,45
Филе куринное запеченое с сыром и ананасами	80,00	1/100	к/к	к/к	13,95	10,65	12,75	202,50	0,070	12,00	0,10	2,70	61,50	123,00	28,50	1,50
Котлета Пожарская	70,00	1/75	к/к	к/к	к/к	к/к	18,60	12,20	8,70	220,00	0,1000	24,50	0,700	2,700	60,50	133,00
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
Ежики из говядины в соусе	75,00	120/60	к/к	к/к	15,20	10,40	13,80	202,00	0,070	12,00	0,10	2,70	60,52	134,04	38,63	1,95
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

Гарниры

Каши 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
Пюре картофельное	20,00	1/150	сб.2008	№ 335	3,10	5,40	20,30	141,00	0,140	5,00	0,04	0,20	47,00	85,00	29,00	1,10
Капуста св. тушеная	20,00	1/150	сб.2008	№ 346	5,85	11,7	21,45	214,5	0,12	10,5	0,3	5,6	28,5	90	36	1,5