

"Согласовано"

Директор школы №

" " ----- 2021 г.



Директор ГБОУ гимназия № 426
Санкт-Петербурга

Е.А. Стогова
Е.А. Стогова

ООО "Кавалер"

МЕНЮ

свободного выбора

"Утверждаю"

Ген.директор ООО "Кавалер"

Г.М.Госькова.

"29" марта-2021 г.

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
Холодные блюда																
Рулетки 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 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 "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
Первые блюда																
Рассольник Ленинградский со сметаной	20,00	250/5	сб.2008	№ 91	0,90	10,10	2,90	106,00	0,040	18,00	0,10	4,90	24,00	26,80	16,00	0,90
Вторые блюда																
Рыба запеченая с луком	75,00	1/100	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 куриное 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 Нежная	45,00	1/75	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
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 куриный	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
Капуста цветная запеченая в омлете			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

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
Картофель отварной	20,00	1/150	сб.2008	№ 333	2,9	4,7	23,5	148	0,02	21	0,04	0,2	21	40	0,9	0,2
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