

"Согласовано"

Директор школы №

Государственное бюджетное
общеобразовательное учреждение
гимназия № 426
Петродворцового района Санкт-Петербурга
имени Героя Советского Союза Г.Д.Костылева

ООО "Кавалер"

МЕНЮ

свободного выбора

"Утверждаю"

Ген.директор ООО "Кавалер"

Г.М.Госькова

"01" сентября 2023 г.

школа № 426

Наименование	Цена	Выход, г	Технологическая и нормативная документация / сборник рецепту	№№ 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																	
Яйцо под соусом Салатным	25,00	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	28,00	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"	35,00	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	45,00	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"	45,00	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	
Вторые блюда																	
Рыба запеченая с луком	80,00	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 куринное запеченое с сыром и ананасами	110,00	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	55,00	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	65,00	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	85,00	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	85,00	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	
Гарниры																	
Каша гречневая рассыпчатая	30,00	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	30,00	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	40,00	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	30,00	1/150	сб.2008	№ 331	5,5	4,8	31,3	191	0,06	0	0,03	0,8	11	36	7	0,8	

					Выпечка												
Пицца школьная	50,00	1/100	сб.2008	№ 454	3,70	6,30	32,80	203,00	0,020	0,00	0,05	0,30	3,00	61,00	19,00	0,60	
Сосиска в тесте	50,00	50/50	сб.2008	№ 323	5,60	12,20	0,20	133,00	0,100	0,00	0,04	0,30	150,00	156,00	15,50	1,15	
Пирожок с капустой	20,00	1/60	сб.2008	№ 450	1,50	23,50	139,00	0,100	0,00	0,10	0,50	9,00	33,60	5,40	0,40	0,50	
Пирожок с картофелем	20,00	1/60	сб.2008	№ 450	1,50	23,50	139,00	0,100	0,00	0,10	0,50	9,00	33,60	5,40	0,40	0,4	
Пирожок с яблоками	20,00	1/60	сб.2008	№ 450	5,85	11,7	21,45	214,5	0,12	10,5	0,3	5,6	28,5	90	36	1,5	
Ватрушка с повидлом	25,00	1/75	сб.2008	№ 453	3,70	6,30	32,80	203,00	0,020	0,00	0,05	0,30	3,00	61,00	19,00	0,60	
Булочка с маком	40,00	1/100	к/к	к/к	5,60	12,20	0,20	133,00	0,100	0,00	0,04	0,30	150,00	156,00	15,50	1,15	
Булочка с корицей	40,00	1/100	к/к	к/к	3,10	5,40	20,30	141,00	0,140	5,00	0,04	0,20	47,00	85,00	29,00	1,10	
Хачапури	55,00	1/75	к/к	к/к	3,90	6,00	30,50	216,00	0,020	0,00	0,05	0,30	3,00	61,00	19,00	0,60	
Булочка домашняя	25,00	1/100	сб.2008	№ 467	3,70	6,30	32,80	203,00	0,020	0,00	0,05	0,30	3,00	61,00	19,00	0,60	