

Меню свободного выбора на 02.12.2021

11  
 АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА НИЖНЕГО НЕВСКОГО  
 Образовательное учреждение «Школа № 118 с углубленным изучением отдельных предметов»  
 МАОУ  
 «Школа № 118 с углубленным изучением отдельных предметов»  
 Согласовано  
 Директор школы

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<i>Холодные блюда</i>							
Рыба под маринадом	39,19	50/50	113,0	8,6	6,4	4,8	0,4
Салат "Здоровье"	18,84	100	76,0	1,6	5,2	5,7	0,5
Салат из морской капусты с ананасами	29,33	100	136	3,2	8,3	12,0	1,0
Винегрет овощной	12,87	100	118	1,2	10,0	4,8	0,4
<i>Первые блюда</i>							
Борщ из свежей капусты с картофелем с мясом, сметаной, зеленью	23,00	10/255	100	4,8	3,6	9,9	0,8
<i>Вторые блюда</i>							
Бефстроганов из куриного филе	39,85	100	266	19,0	12,4	3,6	0,3
Макаронник с мясом	42,36	200	409	21,2	16,3	39,4	3,3
Котлета куриная	38,91	90	156	14,6	7,9	5,2	0,4
<i>Гарниры</i>							
Макаронные изделия отварные	7,38	150	186	5,5	4,9	28,0	2,30
Рис отварной	10,77	150	216	3,7	6,3	28,5	2,3
<i>Напитки</i>							
Чай с сахаром	1,06	200	53	0,2	0,1	13	1,1
Чай без сахара	0,33	200	2	0,2	0,1	0,1	
Сок фруктовый	8,70	200	90			22,4	1,9
<i>Фрукты</i>							
Груша	30,60	1 шт	45	0,4	0,3	10,0	0,8
Мандарин	19,50	1 шт	38	0,8	0,2	7,5	0,6
Яблоко	11,40	1 шт	76,9	0,7	0,7	15,9	1,3
<i>Хлеб</i>							
Батон витаминный с микронутриентами	3,00	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	1,69	30	60	2	0,3	12,3	1

Учитель  
 [Подпись]

[Подпись]

Директор по питанию  
 Коркина Е.И.  
 [Подпись]

... (small text at the bottom of the page)