

Меню Свободного выбора на 27.02.23

118
 СОГЛАСОВАНО
 Директор школы
 ОТДЕЛЕНИЕ
 ОБРАЗОВАНИЯ
 АДМИНИСТРАЦИЯ
 ГОРОДА НИЖНЕГО НОВГОРОДА
 ул. Школьная № 116 с/улицы
 * ИНН 525908-5000

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные закуски</i>							
Салат восторг	37,52	100	198	4,4	13,2	15,5	1,3
Салат фруктовый	26,81	100	56	1,3	0,8	10,1	0,8
Яйцо вареное с зеленым горошком	17,68	50/20	87	7	5,8	1,7	0,1
<i>Первые блюда</i>							
Рассольник ленинградский с перловой крупой, говядиной тушеной, сметаной, зеленью	30,00	280	156	5,6	7,5	16,6	1,4
Суп-пюре с горохом и гречками	25,90	250/10	189	8,6	6,5	23,9	2,0
<i>Вторые блюда</i>							
Рыба тушеная в томате с овощами	46,79	100	92	9,3	4,80	3,00	0,1
Шницель нежный	40,10	90	186	13,4	10,0	10,3	0,8
<i>Гарниры</i>							
Вермишель отварная	9,69	180	212	6,5	5,7	33,5	4,8
Рис отварной	13,34	180	220	4,4	7,5	33,7	2,8
<i>Напитки</i>							
Компот из груш	10,85	200	58	0,2	0,1	14,0	1,2
Чай с сахаром	1,26	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,42	200	2,0	0,2	0,05	0,07	0
Сок фруктовый	10,21	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
<i>Фрукты</i>							
Мандарин	24,30	1 шт	42,0	1,0	0,2	8,9	0,7
Яблоко свежее	16,88	1 шт	67	0,6	0,6	14,7	1,2
<i>Первые блюда постные</i>							
Рассольник ленинградский с перловой крупой, зеленью	12,45	250	115	2,1	4,4	17,1	1,4
<i>Вторые блюда постные</i>							
Котлета морковная	11,22	100	161	3,3	7,8	16,5	1,4
<i>Гарниры постные</i>							
Вермишель отварная с маслом растительным	6,34	180	174	5,5	4,2	28,4	2,4
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микронутриентами	1,58	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	2,80	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Инженер-технолог

Калькулятор

Косолапова.В.Ф.

Директор по
производству
Корнева

* Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.