

Меню Свободного выбора на 14.11.23

118  
 МАОУ «Школа № 118 с углубленным изучением отдельных предметов»  
 ИРЯТЦА ГОРОДА НИЖНЕГО НОВОГОРОДА \* МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ \* МРН 5259083204  
 СОГЛАСОВАНО  
 Директор школы

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Холодные блюда</b>							
Салат из квашеной капусты	17,74	100	98	1,6	5,1	11,3	0,9
Салат из цветной капусты, овощей и плодов	16,58	100	82	1,5	6,3	5	0,4
Винегрет овощной с зеленым горошком	19,62	100/20	132	1,8	10,2	8,3	0,7
<b>Первые блюда</b>							
Суп картофельный с горохом, мясом, зеленью	21,01	10/250	127	8,8	4,1	14,5	1,2
Суп-пюре из цветной капусты, куриным филе и гречками	45,42	25/10/250	221	13,3	9,9	19,6	1,6
<b>Вторые блюда</b>							
Котлета куриная	57,49	100	229	20,2	9,00	16,80	1,4
Филе куриное запеченное с помидорами и сыром	64,85	100	166	18,9	8,1	4,4	0,3
Тефтели мясные в соусе	45,93	100/50	264	13,8	16,6	15,0	1,2
Сырники из творога со сгущенным молоком	71,42	200/30	602	34,5	24,8	60,4	5,0
<b>Гарниры</b>							
Макаронные изделия отварные	8,63	180	212	6,5	5,7	33,50	2,7
Пюре картофельное	17,97	180	130	3,8	6,3	14,5	1,2
<b>Напитки</b>							
Компот из кураги	6,69	200	86	1,0	0,0	13,2	1,1
Чай с сахаром	1,45	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	14,40	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
<b>Фрукты</b>							
Яблоко свежее	10,40	1шт	58,1	0,5	0,5	12,7	1,1
<b>Хлеб</b>							
Хлеб полезный с микронутриентами	1,77	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	3,14	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Инженер-технолог

Румянцева А.Ю.

Калькулятор

Косолапова В.Ф.

Директор по производству  
Корнева Е.И.

\* 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.