

Меню Свободного выбора на 04,03,24



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Салат из квашеной капусты с яблоками	16,83	100	115	1,4	8,2	9	0,8
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	17,26	100	108	2,5	7,1	8,5	0,7
Салат "Восторг"	36,42	100	198	4,4	13,2	15,5	1,3
<i>Первые блюда</i>							
Суп с вермишелью и картофелем с мясом, зеленью	25,18	10/250	111	4,8	4,0	14,0	1,2
<i>Вторые блюда</i>							
Котлета куриная с сыром	51,57	90	152,0	11,90	8,10	7,90	0,70
Гуляш из говядины	58,83	100	134	6,4	9,5	2,6	0,2
Мясо тушеное	66,73	100	133	10,8	9,0	2,1	0,1
<i>Гарниры</i>							
Каша гречневая рассыпчатая	12,87	180	296	10,2	8,8	44,10	3,7
Картофель запеченный в сметанном соусе	27,66	180	204	4,3	9,5	25,20	2,1
<i>Напитки</i>							
Компот из кураги	6,62	200	86,0	1,00	0,00	13,20	1,10
Чай с лимоном	2,76	200/7	43,0	0,30	0,10	10,30	0,90
Чай с сахаром	1,44	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,48	200	2,0	0,2	0,05	0,07	0
Сок фруктовый	14,40	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
<i>Фрукты</i>							
Яблоко свежее	10,48	1шт	58,1	0,5	0,5	12,7	1,1
Мандарин	17,54	1шт	41	0,9	0,2	8,7	0,7
<i>Хлеб</i>							
Хлеб полезный с микроэлементами	1,77	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микроэлементами	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.