

Меню Свободного выбора на 24,01,24



118  
*Мерз*

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Холодные блюда</b>							
Салат из цветной капусты, овощей и плодов	16,59	100	82	1,5	6,3	5	0,4
Салат из свеклы с фасолью	17,76	100	136	2,5	10,2	8,7	0,7
Салат "Витаминный микс"	16,40	100	113	1,2	10,1	4,3	0,3
<b>Первые блюда</b>							
Суп из овощей с мясом, зеленью	25,65	10/250	97	4,3	4,7	9,5	0,8
Суп-пюре из цветной капусты куриным филе и гречками	42,65	25/10/250	221	13,3	9,9	19,6	1,6
<b>Вторые блюда</b>							
Филе куриное панированное	62,33	100	296,0	24,00	16,70	12,40	1,10
Рулет мясной с яйцом	45,25	100	176	12,5	10,8	7,3	0,6
Биточки домашние	50,04	100	198	13,8	11,3	10,1	0,9
<b>Гарниры</b>							
Макаронные изделия отварные	8,63	180	212	6,5	5,7	33,50	2,8
Картофельное пюре	17,97	180	130	3,8	6,3	14,50	1,2
<b>Напитки</b>							
Компот из груши	8,35	200	58,0	0,20	0,10	14,00	1,20
Напиток из плодов шиповника	7,75	200	104,0	0,70	0,30	24,60	2,00
Чай с сахаром	1,38	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	10,48	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.