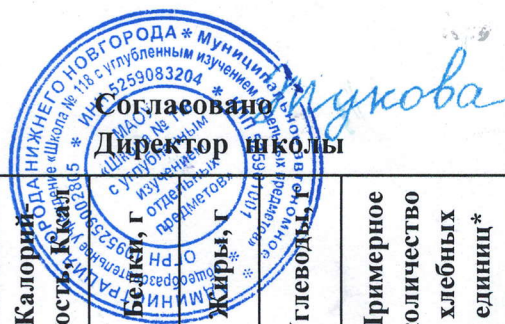


Меню Свободного выбора на 15.09.25



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность	Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Салат из свежих помидоров с яйцом и зеленым горошком	26,08	100	113	2,9	9,6	3,7	0,4
Салат "Летний"	17,31	100	104	2,4	7,3	7,2	0,7
Салат "Восторг"	44,08	100	198	4,4	13,2	15,5	1,6
Первые блюда							
Суп картофельный с горохом, зеленью	9,96	250	131,0	5,50	5,30	15,3	1,50
Вторые блюда							
Плов из говядины	89,52	200	300	11,6	11,7	37,1	3,7
Котлета куриная с сыром	52,35	90	152	11,9	8,1	7,9	0,8
Блины "Домашние" со сгущённым молоком	56,77	168/30	502	12,2	27,2	51,9	5,2
Гарниры							
Рис отварной	16,39	180	220	4,4	7,5	33,7	3,4
Капуста цветная отварная с маслом	69,12	180	107	5,2	5,6	8,8	0,9
Напитки							
Напиток из шиповника	8,08	200	404	0,7	0,3	24,6	2,5
Чай с сахаром	1,10	200	21	0,2	0,1	5,0	0,5
Чай без сахара	0,61	200	2	0,2	0,05	0,07	0
Сок фруктовый	18,60	200	90	0,0	0,0	22,4	2,2
Фрукты							
Яблоко свежее	15,68	1шт	49	0,4	0,4	10,8	1
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	2,64	25	53	1,8	0,3	10,8	1
Батон витаминный с микронутриентами	4,56	25	70	2,0	0,5	14,3	1,4

Инженер-технолог

Калькулятор

Румянцева А.Ю.

Косолапова В.Ф.

* 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.