

Меню свободного выбора на 11,01,2022



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<i>Холодные блюда</i>							
Винегрет овощной	15,04	100	118,0	1,2	10,0	4,8	0,4
Салат из квашеной капусты	15,22	100	90,0	1,6	5,1	11,3	0,9
Салат из свеклы с фасолью	14,54	100	136	2,6	10,2	8,5	0,7
<i>Первые блюда</i>							
Суп-пюре из цветной капусты, брокколи с куриным филе и гречками	39,50	25/10/250	160	11,7	5,9	14,9	1,2
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	26,06	10/260	100	4,8	3,6	9,9	0,8
<i>Вторые блюда</i>							
Филе куриное панированное	41,74	90	273	21,0	9,5	9,3	0,7
Рулет мясной с яйцом	41,65	100	191	14,5	10,8	8,2	0,68
Сырники из творога со сгущенным молоком	62,64	150/30	406	24,9	18,1	45,8	3,8
<i>Гарниры</i>							
Рис отварной	12,02	150	216	3,7	6,3	28,5	2,30
Булгур с овощами	20,91	150	278	7,3	9,3	33,2	2,80
<i>Напитки</i>							
Чай с сахаром	1,10	200	53	0,2	0,1	13	1,1
Чай без сахара	0,33	200	2	0,2	0,1	0,1	
Компот из яблок	4,62	200	59	0,2	0,2	13,9	1,1
Сок фруктовый	8,70	200	90			22,4	1,9
<i>Фрукты</i>							
Яблоко	9,65	1шт	76,9	0,7	0,7	15,9	1,3
<i>Хлеб</i>							
Батон витаминный с микроэлементами	3,00	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
Хлеб полезный с микроэлементами	1,69	30	60	2	0,3	12,3	1

Исполнитель-технолог
Шамшина Л.А.

Калькулятор
Косолапова Е.Ф.

Директор по производству
Корнева Е.И.

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