

Меню свободного выбора на 01,03,2022



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<i>Холодные блюда</i>							
Винегрет овощной	14,73	100	118,0	1,2	10,0	4,8	0,4
Салат "Здоровье"	18,09	100	104,0	4,0	7,5	5,3	0,4
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	21,01	100	118	2,8	7,1	10,6	118,0
<i>Первые блюда</i>							
Суп из овощей с мясом, зеленью	28,75	10/250	111	4,7	5,4	93,0	0,8
<i>Вторые блюда</i>							
Рыба запеченная	50,13	80	102	11,0	4,9	3,7	0,3
Биточки домашние	41,83	90	191	13,0	10,0	10,0	0,8
Голубцы с мясом рисом	32,84	108/50	151	9,6	8,3	7	0,5
Блинчики с маслом сливочным	26,58	150/10	385	11,8	16,9	47,6	3,9
Блинчики с молоком сгущенным	24,80	150/30	413	13,7	12,7	61,8	5,1
Блинчики с джемом	23,84	150/30	399	11,8	10,4	65,9	5,4
Оладьи с маслом сливочным	21,18	150/10	438	11,4	18,4	57,9	4,8
Оладьи с молоком сгущенным	19,40	150/30	466	13,4	14,2	72,1	6
Оладьи с джемом	18,44	150/30	452	11,5	11,9	76,3	6,4
Блинчики с яблочным фаршем	19,10	135	318	7,6	13,5	40,6	3,3
Блинчики фаршированные джемом	21,62	135	371	7,7	13,3	58	4,8
<i>Гарниры</i>							
Рис отварной	11,73	150	216	3,7	6,3	28,5	2,30
Пюре картофельное	33,43	150	138	3,1	5,4	12,1	1,00
<i>Напитки</i>							
Компот из ягод	8,00	200	70	0,2	0,1	17	1,4
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	
Сок фруктовый	7,07	200	90			22,4	1,9
<i>Фрукты</i>							
Мандарины	25,45	1шт	58,9	1,4	0,3	11,6	1,0
Груша свежая	28,41	1шт	45,0	0,4	0,3	10,0	0,8
Яблоко	12,07	1шт	96,1	0,9	0,9	19,9	1,6
<i>Хлеб</i>							
Батон витаминный с микронутриентами	3,00	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
Хлеб полезный с микронутриентами	1,69	30	60	2	0,3	12,3	1

Инженер-техног. Шамшина Л.А.

Калькулятор Косопалов И.Ф.

[Handwritten signature]

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.