

118

Меню свободного выбора на 01.12.2021



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Салат из картофельный с морковью и зеленью грошком	16,87	100	118,0	2,8	7,1	10,6	0,9
Салат со свеклой и фасолью	14,04	100	136	2,6	10,2	8,5	0,7
Салат фруктовый	16,04	100	56	1,3	0,8	10,1	0,8
<i>Первые блюда</i>							
Суп молочный с вермишелью	10,83	250	160	5,7	5,6	21,1	1,8
Суп-пюре гороховый с мясом и гренками	22,38	10/10/250	178	8,1	6,6	21,50	1,7
<i>Вторые блюда</i>							
Фрикадельки мясные в соусе	48,90	100/50	297	15,5	16,8	16,6	1,4
Запеканка из творога со сгущенным молоком	51,53	135/20	375	25,2	19,4	34,2	2,8
Зразы с ветчиной, сыром	42,77	100	221	17,2	10,7	11,9	1,0
<i>Гарниры</i>							
Каша гречневая рассыпчатая	13,43	150	251	8,5	7,3	36,6	3,00
Картофель запеченный в сметанном соусе	22,73	150	161	3,5	7,8	13,2	1,1
<i>Напитки</i>							
Чай с сахаром	1,06	200	53	0,2	0,1	13	1,1
Чай без сахара	0,33	200	2	0,2	0,1	0,1	
Чай с сахаром и лимоном	2,26	200/7	44	0,3	0,1	10,3	0,8
Компот из смеси сухофруктов	6,99	200	83	0,6	0,0	20,9	1,7
Сок фруктовый	8,70	200	90			22,4	1,9
<i>Фрукты</i>							
Груша	29,70	1 шт	45	0,4	0,3	10,0	0,8
Мандарин	19,50	1 шт	38	0,8	0,2	7,5	0,6
Яблоко	11,40	1шт	76,9	0,7	0,7	15,9	1,3
<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

Исполнитель: Шашина Л. А.
 Калькулятор: Косоталова В. Ф.

Директор по производству: Корнева Е.И.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторная исследования не проводится. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.