

Меню свободного выбора на 09.11.2021



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Винегрет овощной с зеленым горошком	18,29	100	126	1,8	10,0	5,6	0,5
Салат "Фруктовая фантазия"	22,91	100	56	1,3	0,8	10,1	0,8
Первые блюда							
Борщ со свежей капустой и картофелем с мясом, сметаной, зеленью	22,06	10/250	100	4,8	3,6	9,9	4,9
Вторые блюда							
Филе куриное панированное	41,43	100	302	23,8	10,3	10,7	0,9
Рулет мясной с яйцом	40,79	100	191	14,50	10,8	8,2	0,7
Сырники из творога со сгущенным молоком	55,87	150/30	428	25,6	19,8	39,2	3,2
Гарниры							
Рис отварной	12,44	180	257	4,0	8,0	4,0	3,00
Булгур с овощами, кукурузой	21,72	180	209	3,7	5,4	28,4	2
Напитки							
Чай с сахаром	1,07	200	53	0,2	0,1	13	1,1
Чай без сахара	0,33	200	2	0,2	0,1	0,1	
Чай с лимоном	2,27	200/7	2	0,3	0,1	10,3	0,9
Сок фруктовый	8,70	200	90			22,4	1,9
Фрукты							
Груша	28,80	1 шт	45	0,4	0,3	10,0	0,8
Яблоко	11,40	1 шт	71	0,6	0,6	14,7	1,2
Хлеб							
Батон витаминный с микроэлементами	2,25	30	103	2,9	1,2	20,1	1,7
Хлеб полезный с микроэлементами	1,29	30	60	2	0,3	12,3	1

Инженер-техник

Шамина Л. А.

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.