

Меню свободного выбора на 14,01,2022



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Рыба под маринадом	40,79	100	113,0	8,6	6,4	4,8	0,4
Салат "Фруктовый"	20,21	100	56,0	1,3	0,8	10,1	0,8
Винегрет овощной с зеленым горошком	20,89	100/20	126	1,8	10,0	5,6	0,5
<i>Первые блюда</i>							
Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	23,33	20/15/250	142	11	1,2	16,7	1,4
<i>Вторые блюда</i>							
Филе куриное паринованное	41,74	90	273	21,0	9,5	9,3	0,7
Жаркое по-домашнему с печенью	54,37	200	172	9,3	5,3	22,1	1,8
Котлета из индейки	40,85	90	188	11,0	11,7	9,7	0,8
<i>Гарниры</i>							
Булгур с овощами, кукурузой	20,91	150	278	7,3	9,3	33,2	2,70
Вермишель отварная	8,73	150	183	5,5	4,2	28,5	2,30
<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	
Чай с сахаром, лимоном	2,57	200/7	44	0,3	0,1	10,3	0,8
Компот из смеси ягод	6,63	200	70	0,2	0,1	17,0	1,4
Сок фруктовый	8,70	200	90			22,4	1,9
<i>Фрукты</i>							
Мандарины	16,42	1шт	38,0	0,8	0,2	7,5	0,6
Груша свежая	27,57	1шт	45,0	0,4	0,3	10,0	0,8
Яблоко	9,65	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

Инженер-технолог

Казько Катерина

Директор по производству

Шавыкина Л. А.

Косолапов В. Ф.

Коржавин Е. И.

\* Информация о количестве хлебных единиц в блюдах сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Количество может быть изменено на 10% для примерной оценки количества хлебных единиц в блюдах.