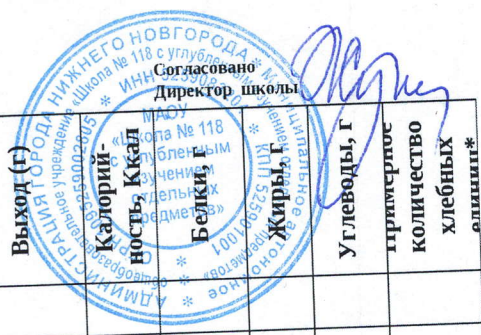


Меню свободного выбора на 14.12.2021



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Салат из квашеной капусты	15,20	100	90,0	1,6	5,1	11,3	0,9
Салат из овощей с морской капустой	17,72	100	85,0	1,2	5,1	8,3	0,6
Винегрет овощной	14,82	100	118	1,2	10,0	4,8	0,4
Первые блюда							
Суп с вермишелью и картофелем, мясными фрикадельками, зеленью	29,02	20/250	142	5,2	4,5	15	1,2
Вторые блюда							
Биточки рыбные	30,49	70	150	8,6	6,9	12,1	1,0
Филе куриное панированное	41,52	90	273	21,0	9,5	9,3	0,8
Голубцы с мясом рисом	31,64	108/50	151	9,6	8,3	7	0,6
Гарниры							
Рис отварной	10,85	150	186	5,5	4,9	28,0	2,30
Картофельное пюре	32,42	150	138	3,1	5,4	12,1	0,20
Напитки							
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 смеси сухофруктов	7,03	200	83	0,6	0,0	20,9	1,7
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
Мандарин	17,24	1 шт	38	0,8	0,2	7,5	0,6
Яблоко	10,46	1шт	76,9	0,7	0,7	15,9	1,3
Хлеб							
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

Инженер-технолог: Шашкина Л.А.
 Калькулятор: Косолопова В.Ф.

Директор по производству: Корнеева Е.И.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюдах сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Потребитель может использовать только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.