

Меню свободного выбора на 15.01.2022



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	количество хлебных единиц*
<i>Холодные блюда</i>							
Икра кабачковая	16,50	100	78,0	1,2	4,8	7,8	0,6
Салат "Восторг"	30,79	100	175,0	4,0	12,7	10,3	0,8
Салат из свеклы с сыром	16,07	100	126	4,5	9,3	4,6	0,4
<i>Первые блюда</i>							
Суп с клецками, зеленью	9,61	250	129	3,5	5,6	16	1,3
<i>Вторые блюда</i>							
Рыба тушеная в томате с овощами	39,14	100	106	9,7	4,9	6,8	0,5
Гуляш из говядины	40,21	90	117	8,3	7,9	3,2	0,3
Сырники из творога со сгущенным молоком	61,95	150/30	406	24,9	18,1	45,8	3,8
<i>Гарниры</i>							
Рис отварной	12,02	150	216	3,7	6,3	28,5	2,30
Каша гречневая рассыпчатая	14,66	150	251	8,5	7,3	36,6	3,00
<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	
Компот из смеси сухофруктов	7,03	200	83	0,6	0,0	20,9	1,74
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 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

Исполнитель:
Швацкая Л.А.

Калькулятор:
Косоголова В.Ф.

Директор по производству:
Корнева Е.И.

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюдах сформирована расчетным методом, лабораторным исследованием не проводилось. Искусственно может быть использована только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.