

Меню свободного выбора на 15,02,2022



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<i>Холодные блюда</i>							
Салат по-русски	20,84	100	140,0	2,9	11,3	5,2	0,4
Салат "Восторг"	30,79	100	175,0	4,0	12,7	10,3	0,8
Винегрет овощной	15,04	100	118	1,2	10,0	4,8	0,4
<i>Первые блюда</i>							
Суп с вермишелью и картофелем, мясными фрикадельками, зеленью	29,35	20/250	145	6	4,8	15	1,2
<i>Вторые блюда</i>							
Биточки рыбные	39,57	90	210	13,4	9,1	17,0	1,4
Филе куриное панированное	49,90	100	302	23,8	10,3	10,7	0,9
Жаркое по-домашнему с печенью	54,37	200	172	9,3	5,3	22,1	14,3
<i>Гарниры</i>							
Рис отварной	11,73	150	216	3,7	6,3	28,5	2,30
Картофельное пюре	33,27	150	138	3,1	5,4	12,1	1,00
<i>Напитки</i>							
Компот из яблок	4,62	200	59	0,2	0,2	14	1,1
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	
Сок фруктовый	7,07	200	90			22,4	1,9
<i>Фрукты</i>							
Мандарины	25,45	1шт	58,9	1,4	0,3	11,6	1,0
Яблоко	12,07	1шт	96,1	0,9	0,9	19,9	1,6
<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

Калькулятор

Директор по производству

Шамшина Л.А.

Косоватова В.Ф.

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.