

Меню свободного выбора на 17.02.2022



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 из свеклы с сыром	16,07	100	126,0	4,5	9,3	4,6	0,3
Жареная рыба под маринадом	40,80	100	113	8,6	6,4	4,8	0,4
<i>Первые блюда</i>							
Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	17,75	20/15/250	96	7,6	0,5	12,1	1
Суп-пюре из цветной капусты, брокколи, куриным филе и гренками	40,09	25/10/250	160	11,7	5,9	14,9	1,2
<i>Вторые блюда</i>							
Ежики "Аппетитные"	40,80	100/50	205	11,6	11,6	12,9	1,0
Печень тушеная в соусе	38,45	100	160	12,6	9,0	66,6	0,5
Зразы с ветчиной с сыром	45,89	100	221	17,2	10,7	11,9	1
<i>Гарниры</i>							
Булгур отварной	14,80	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 сухофруктов	7,03	200	83	0,6	0,0	21	1,7
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	1 шт	58,9	1,4	0,3	11,6	1,0
Яблоко	12,07	1 шт	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-технол. Шамшина Л. А. Калькулятор Киселёва 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.