



| Наименование блюда                                  | Цена  | Выход (г) | Калорий-ность, Ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Примерное количество хлебных единиц |
|---|-------|-----------|---------------------|----------|---------|-------------|-------------------------------------|
| <i>Холодные блюда</i>                               |       |           |                     |          |         |             |                                     |
| Яйцо вареное с зеленым горошком                     | 16,15 | 50/20     | 87,0                | 7,0      | 5,8     | 1,7         | 0,1                                 |
| Салат из квашеной капусты                           | 13,98 | 100       | 90                  | 1,6      | 5,1     | 11,3        | 0,9                                 |
| Салат "Восторг"                                     | 28,33 | 100       | 175                 | 4,0      | 12,7    | 10,3        | 0,9                                 |
| <i>Первые блюда</i>                                 |       |           |                     |          |         |             |                                     |
| Суп картофельный с рисом,рыбными консервами,зеленью | 20,90 | 270       | 155                 | 5,4      | 6,7     | 17,4        | 1,5                                 |
| <i>Вторые блюда</i>                                 |       |           |                     |          |         |             |                                     |
| Гуляш из говядины                                   | 46,19 | 100       | 138                 | 9,6      | 9,6     | 3,5         | 0,3                                 |
| Оладьи со сгущенным молоком                         | 18,47 | 150/30    | 458                 | 13,4     | 13,3    | 72,1        | 6                                   |
| Бифштекс домашний                                   | 43,86 | 90        | 191                 | 13,1     | 10,5    | 16,3        | 1,3                                 |
| <i>Гарниры</i>                                      |       |           |                     |          |         |             |                                     |
| Вермишель отварная                                  | 7,26  | 150       | 183                 | 5,5      | 4,2     | 28,5        | 2,30                                |
| Картофель запеченный в сметанном соусе              | 22,72 | 150       | 161                 | 3,5      | 7,8     | 13,2        | 1                                   |
| <i>Напитки</i>                                      |       |           |                     |          |         |             |                                     |
| Чай с сахаром                                       | 1,06  | 200       | 53                  | 0,2      | 0,1     | 13          | 1,1                                 |
| Чай без сахара                                      | 0,33  | 200       | 2                   | 0,2      | 0,1     | 0,1         |                                     |
| Чай с лимоном                                       | 2,26  | 200/7     | 44                  | 0,3      | 0,1     | 10,3        | 0,9                                 |
| Сок фруктовый                                       | 8,70  | 200       | 90                  |          |         | 22,4        | 1,9                                 |
| <i>Фрукты</i>                                       |       |           |                     |          |         |             |                                     |
| Груша   | 29,70 | 1 шт      | 45                  | 0,4      | 0,3     | 10,0        | 0,8                                 |
| Мандарин  | 19,50 | 1 шт      | 38                  | 0,8      | 0,2     | 7,5         | 0,6                                 |
| Яблоко  | 11,40 | 1шт       | 71                  | 0,6      | 0,6     | 14,7        | 1,2                                 |
| <i>Хлеб</i>   |       |           |                     |          |         |             |                                     |
| Батон витаминный с микронутриентами                 | 2,25  | 30        | 103                 | 2,9      | 1,2     | 20,1        | 1,7                                 |
| Хлеб полезный с микронутриентами                    | 1,29  | 30        | 60                  | 2        | 0,3     | 12,3        | 1                                   |

Инженер-технолог  
Шамкина Л. А.

Калькулятор  
Косопалова Н.Ф.

Директор по производству  
Корнева Е.И.

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