

Меню свободного выбора на 24,02,2022



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<i>Холодные блюда</i>							
Рыба под маринадом	40,79	50/50	113,0	8,6	6,4	4,8	0,4
Винегрет овощной с зеленым горошком	20,89	100/20	126,0	1,8	10,0	5,6	0,4
Салат фруктовый	20,21	100	56	1,3	0,8	10,1	0,8
<i>Первые блюда</i>							
Солянка домашняя со сметаной, зеленью	31,63	255	119	5,3	7	7,3	0,6
<i>Вторые блюда</i>							
Филе куриное панированное	49,90	100	302	23,8	10,3	10,7	0,9
Сырники из творога со сгущенным молоком	55,95	150/30	406	24,9	18,1	45,8	3,8
Голубцы с мясом рисом	32,84	108/50	151	9,6	8,3	7	0,5
<i>Гарниры</i>							
Вермишель отварная	8,52	150	183	5,5	4,2	28,5	2,30
<i>Напитки</i>							
Компот из свежих 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>							
Груши	28,41	1шт	45,0	0,4	0,3	10,0	0,8
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

Инициалы-подпись  
Шамшина Л.А.

Калькулятор  
Косолапова Р.Ф.

Директор по производству  
Корнева Е.И.

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