

Меню Свободного выбора на 03,09,22



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Холодные закуски</b>							
Салат "Летний"	12,84	100	104	2,4	7,3	7,2	0,6
Салат из свеклы с фасолью	18,12	100	136	2,5	10,2	8,7	0,7
Салат "Фруктовый бум"	31,20	100	61	1,1	0,8	12,4	1,0
<b>Первые блюда</b>							
Суп с клецками, зеленью	8,98	250	145	3,4	7,8	15,3	1,3
<b>Вторые блюда</b>							
Рыба тушеная в томате с овощами	43,95	100	92	9,3	4,8	3,0	0,2
Биточки домашние	40,12	100	188	11,4	11,4	10,1	1,08
Голубцы с мясом, рисом	29,80	108/50	154	7,9	10,5	7,0	0,6
<b>Гарниры</b>							
Макаронные изделия отварные	11,12	180	212	6,5	5,7	33,5	2,8
Картофельное пюре	24,01	180	130	3,8	6,3	14,5	1,2
<b>Напитки</b>							
Компот из смеси сухофруктов	7,30	200	86	0,6	0,0	20,9	1,7
Чай с сахаром	1,47	200	53,0	0,2	0,1	13	1,1
Чай без сахара	0,45	200	2,0	0,2	0,1	0,1	0
Сок фруктовый	12,00	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
<b>Фрукты</b>							
Яблоко свежее	16,88	1 шт	67	0,6	0,6	14,6	1,2
Груша свежая	37,80	1 шт	133	0,8	0,6	21,6	1,8
<b>Хлеб</b>							
Хлеб полезный с микронутриентами	1,41	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	2,50	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Инженер-технолог

Калькулятор

Шамшина Л.А.

Косолапова В.Ф

Директор по производству  
Корнева

\* 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.