

Меню Свободного выбора на 07,10,22



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц*
<b>Холодные закуски</b>							
Салат овощной с яблоками и сладким перцем	19,68	100	111	0,6	10,2	4,2	0,4
Салат из цветной капусты, овощей и плодов	18,56	100	82	1,5	6,3	5	0,42
Фруктовый бум	32,75	100	61	1,1	0,8	12,4	1,0
<b>Первые блюда</b>							
Суп молочный с вермишелью	14,15	250	153	5,8	4,8	21,6	1,8
Суп-пюре из овощей с мясом и гренками	29,85	10/10/250	161	6,4	6,5	19,0	1,6
<b>Вторые блюда</b>							
Филе куриное панированное	48,75	100	308	13,7	19,4	19,7	1,6
Бифштекс домашний	40,86	90	191	13,1	10,50	16,3	1,40
Фрикадельки в соусе	47,57	100/50	308	13,7	19,4	19,7	1,6
<b>Гарниры</b>							
Каша гречневая рассыпчатая	16,28	180	296	10,2	8,8	44,1	3,7
Картофельное пюре	21,18	180	130	3,8	6,3	14,5	1,2
<b>Напитки</b>							
Компот из смеси сухофруктов	6,97	200	86	0,6	0,0	20,9	1,7
Чай с сахаром	1,30	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,44	200	2,0	0,2	0,05	0,07	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	38,25	1 шт	80,3	0,7	0,5	17,5	1,5
<b>Хлеб</b>							
Хлеб полезный с микронутриентами	1,58	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	2,80	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.