

Меню свободного выбора на 09,04,2022



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<i>Холодные блюда</i>							
Салат из свеклы с сыром	16,31	100	126,0	4,5	9,3	4,6	0,4
Салат из свежих помидоров и огурцов	20,44	100	75,0	1,0	6,2	3,7	0,30
Салат из помидоров с яйцом и зеленым горошком	22,98	100	114	2,9	9,6	3,7	0,3
<i>Первые блюда</i>							
Суп гороховый с гренками, зеленью	9,32	250/15	10,5	6,5	33,8	2,8	
<i>Вторые блюда</i>							
Филе куриное панированное	50,54	100	302	23,8	10,3	10,7	0,9
Биточки домашние	53,58	100	211	14,5	11,0	11,3	0,9
Сосиска отварная	22,20	1шт	160	11,0	12,0	1,5	0,1
<i>Гарниры</i>							
Сложный гарнир (картофельное пюре/капуста тушеная)	28,40	100/80	171	4	6,2	24,5	2
Каша гречневая рассыпчатая	20,05	180	302	10,2	8,8	44,1	3,7
<i>Напитки</i>							
Компот из яблок	4,62	200	59	0,2	0,2	13,9	1,1
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	6,21	200	112	0,0	0,00	28,0	2,3
Чай с сахаром	1,11	200	53	0,2	0,1	13	1,1
Чай без сахара	0,34	200	2	0,2	0,1	0,1	
Сок фруктовый	7,07	200	90			22,4	1,9
<i>Постные блюда</i>							
Суп гороховый с зеленью	6,92	250	156,0	8,3	5,6	18,1	1,5
Каша гречневая с маслом растительным, сахаром	12,47	150	276,0	7,9	7,1	43,7	3,6
<i>Фрукты</i>							
Мандарины	25,45	1шт	59,0	1,2	0,3	11,7	0,1
Яблоко	12,07	1шт	71,0	0,6	0,6	14,7	1,2
Апельсин	36,76	1шт	139,0	2,0	0,4	17,8	1,5
<i>Хлеб</i>							
Батон витаминный с микронутриентами	2,50	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
Хлеб полезный с микронутриентами	1,41	25	29	1,1	0,1	6,0	1

Инженер-техно
Шышина Л. А.

Калькулятор
Косолопова Н.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.