

Меню свободного выбора на 11.05.2022



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<i>Холодные блюда</i>							
Салат из свежих помидоров	26,09	100	76,0	1,1	6,7	3,5	0,3
Салат "Фруктовое наслаждение"	32,05	100	66,0	1,08	0,8	13,6	1,10
Салат из свеклы с сыром	16,32	100	126	4,5	9,3	4,6	0,3
<i>Первые блюда</i>							
Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной тушеной, сметаной, зеленью	32,53	285	162	6,8	8,6	14,5	1,2
<i>Вторые блюда</i>							
Рыба запеченная	59,54	100	137	14,6	6,5	4,8	0,4
Биточки домашние	53,59	100	211	14,50	11,00	11,3	0,9
<i>Гарниры</i>							
Макаронные изделия отварные	11,16	180	222	6,5	5,7	33,5	2,58
Рис отварной	14,20	180	257	4,4	7,5	33,7	2,8
Картофельное пюре	40,62	180	166	3,8	6,5	14,5	1,2
<i>Напитки</i>							
Компот из смеси сухофруктов	7,84	200	86	0,6	0,0	20,9	1,7
Чай с сахаром	1,52	200	53	0,2	0,1	13,0	1,1
Чай без сахара	0,45	200	2	0,2	0,1	0,1	
Сок фруктовый	10,80	200	90			22,4	1,9
<i>Фрукты</i>							
Апельсины	28,41	1 шт	107,0	1,5	0,3	13,7	1,1
Яблоко	8,04	1 шт	47,0	0,4	0,4	9,8	0,8
<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	52,5	1,8	0,3	10,8	1

Инженер-техник  
Шамшина Л. А.

Калькулятор  
Косыгина 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.