

Меню свободного выбора на 13,05,2022



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<i>Холодные блюда</i>							
Салат из свежих помидоров и огурцов	26,18	100	75,0	1,0	6,2	3,7	0,3
Салат "Восторг"	34,01	100	175,0	4,00	12,7	10,3	0,80
Винегрет овощной с зеленым горошком	21,54	100/20	126	1,8	10,0	5,6	0,5
<i>Первые блюда</i>							
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, зеленью	27,55	10/250	81	4,7	3	7,7	0,6
<i>Вторые блюда</i>							
Шницель "Нежный"	49,33	90	186	13,4	10,0	10,3	0,8
Плов из говядины	63,35	200	309	14,70	9,80	36,7	3,0
Печень по-строгановски	34,34	100	172	10,7	8,6	6,4	0,5
<i>Гарниры</i>							
Пюре картофельное	39,93	180	166	3,8	6,5	14,5	1,2
Рис отварной с овощами, кукурузой и зеленым горошком	26,44	180	218	5,1	8	31,3	2,6
<i>Напитки</i>							
Чай с сахаром	1,53	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	1шт	107,0	1,5	0,3	13,7	1,1
Яблоко	8,04	1шт	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-технолог  
Шмыгина Л. А.

Калькулятор  
Косолопова В. Ф.

Директор по производству  
Корнева Е.И.

\* 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.