

Меню свободного выбора на 18,04,2022



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<i>Холодные блюда</i>							
Яйцо вареное с зеленым горошком	17,85	50/20	87,0	7,0	5,8	1,7	0,1
Салат "Восторг"	34,00	100	175,0	4,0	12,7	10,3	0,80
Салат из свеклы с сыром	16,31	100	126	4,5	9,3	4,6	0,4
<i>Первые блюда</i>							
Рассольник Ленинградский с перловой крупой, мясом, сметаной, зеленью	37,21	10/255	133	5	4,8	17,3	1,4
<i>Вторые блюда</i>							
Гуляш из говядины	51,00	100	115	8,1	8,0	2,5	0,2
Котлеты из индейки	47,17	90	211	15,9	8,9	15,8	1,3
Оладьи со сгущенным молоком	19,83	150/30	458	13,4	13,3	72,1	6,00
<i>Гарниры</i>							
Вермишель отварная	10,08	180	222	6,5	5,7	33,5	2,8
Каша гречневая рассыпчатая	20,05	180	302	10,2	8,8	44,1	3,6
<i>Напитки</i>							
Компот из смеси сухофруктов	7,03	200	86	1,0	0,1	13,2	1,1
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>Фрукты</i>							
Апельсины	36,76	1шт	139,0	2,0	0,4	17,8	1,5
Яблоко	12,07	1шт	71,0	0,6	0,6	14,7	1,2
<i>Хлеб</i>							
Батон витаминный с микроэлементами	2,50	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2
Хлеб полезный с микроэлементами	1,41	25	52,5	1,8	0,3	10,8	1

Инженер-техно Шамшина Л. А.  
 Калькулятор Косолопова Н. Ф.

Директор по производству Козинева 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.