



Меню свободного выбора на 18,05,2022

Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных единиц
<i>Холодные блюда</i>							
Салат из свежих помидоров и огурцов	21,99	100	75,0	1,0	6,2	3,7	0,3
Салат "Фруктовое наслаждение"	32,05	100	66,0	1,08	0,8	13,6	1,10
Салат из свежих огурцов	20,25	100	67	0,8	6,0	2,4	0,2
<i>Первые блюда</i>							
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	28,64	10/255	100	4,8	3,6	9,9	0,8
Суп-пюре с горохом, мясом и гречками	27,11	10/10/250	178	8,1	6,6	21,5	1,8
<i>Вторые блюда</i>							
Фрикадельки мясные в соусе	58,34	100/50	287	15,5	16,8	16,6	1,4
Запеканка из творога с вареньем	75,88	200/20	493	31,60	23,40	52,4	4,4
Зразы с ветчиной и сыром	46,26	100	221	17,2	10,7	11,9	1
<i>Гарниры</i>							
Каша гречневая рассыпчатая	20,05	180	302	10,2	8,8	44,1	3,6
Картофель запеченный в сметанном соусе	38,66	180	164	4,2	9,3	15,9	1,3
<i>Напитки</i>							
Компот из апельсинов	7,80	200	71	0,2	0,1	17,0	1,4
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	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-техно: Шашкина Л. А.

Калькулятор: Косолопова Н.Ф.

[Signature]

Директор по производству: Корнева Е.И.

[Signature]

* - Информация о количестве хлебных единиц в блюдах сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.