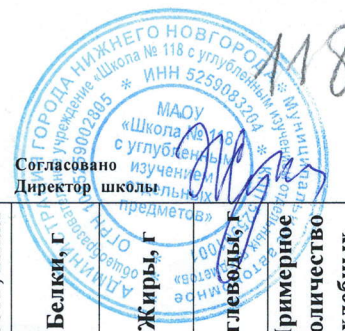


Меню свободного выбора на 20,04,2022



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	20,44	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	20,11	100	67	0,8	6,02	2,4	0,2
<i>Первые блюда</i>							
Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом, сметаной, зеленью	28,55	10/255	100	4,8	3,6	9,9	0,8
Суп пюре с горохом, мясом и гречками зеленью	27,06	10/10/250	178	8,1	6,6	21,5	1,8
<i>Вторые блюда</i>							
Запеканка из творога с вареньем	75,38	200/20	493	31,6	23,4	52,4	4,4
Фрикадельки мясные в соусе	58,35	100/50	287	15,5	16,8	16,6	1,4
Зразы с ветчиной, сыром	46,41	100	221	17,2	10,7	11,9	1,00
<i>Гарниры</i>							
Картофель запеченный в сметанном соусе	38,66	180	302	10,2	8,8	44,1	3,6
Каша гречневая рассыпчатая	20,05	180	164	4,2	9,3	15,9	1,3
<i>Напитки</i>							
Компот из апельсинов	7,34	200	71	0,2	0,1	17,0	1,4
Чай с сахаром	1,22	200	53	0,2	0,1	13	1,1
Чай без сахара	0,45	200	2	0,2	0,1	0,1	
Сок фруктовый	7,07	200	90			22,4	1,9
<i>Фрукты</i>							
Апельсины	36,76	1 шт	139,0	2,0	0,4	17,8	1,5
Яблоко	12,07	1 шт	71,0	0,6	0,6	14,7	1,2
<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
Киселатова 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.