

118

Меню свободного выбора на 26,04,2022



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Примерное количество хлебных
<i>Холодные блюда</i>							
Салат "Фруктовое наслаждение"	32,05	100	66,0	1,1	0,8	13,6	1,1
Винегрет овощной с зеленым горошком	21,43	100/20	126,0	1,8	10,0	5,6	0,50
Салат из свежих помидоров	26,09	100	76	1,1	6,7	3,5	0,3
<i>Первые блюда</i>							
Борщ из свежей капусты с картофелем,говядиной тушеной,сметаной,зеленью	26,19	275	113	4,9	6,5	9,2	0,8
Суп-пюре из цветной капусты,брокколи,куриным филе и гречками	40,37	25/10/250	160	11,7	5,9	14,9	1,2
<i>Вторые блюда</i>							
Рулет мясной с яйцом	47,73	100	191	14,5	10,8	8,2	0,7
Филе куриное панированное	50,54	100	302	23,8	10,3	10,7	0,9
Сырники из творога со сгущенным молоком	68,55	200/20	482	31,7	23,1	50	4,2
<i>Гарниры</i>							
Рис отварной	14,01	180	257	4,4	7,5	33,7	2,8
<i>Напитки</i>							
Компот из апельсинов	7,34	200	71	0,2	0,1	17	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	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 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
Шамина 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.