

Меню свободного выбора на 29,04,2022



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	26,18	100	75,0	1,0	6,2	3,7	0,3
Салат "Фруктовое наслаждение"	32,05	100	66,0	1,1	0,8	13,6	1,13
Рыба под маринадом	40,74	50/50	113	8,6	6,4	4,8	0,4
<i>Первые блюда</i>							
Бульон с куриным филе, гренками, зеленью	24,77	30/15/250	142	11	1,2	16,7	1,3
<i>Вторые блюда</i>							
Филе куриное панированное	50,54	100	302	23,8	10,3	10,7	0,9
Жаркое по-домашнему с печенью	57,72	200	189	10,9	6,2	24,9	2,1
Котлета из индейки	47,17	90	188	11,0	11,7	9,7	0,8
<i>Гарниры</i>							
Рис отварной	14,01	180	257	4,4	7,5	33,7	2,58
Картофельное пюре	39,93	180	166	3,8	6,5	14,5	1,2
<i>Напитки</i>							
Компот из яблок	4,62	200	59	0,2	0,2	14	1,2
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	30,08	1 шт	114,0	1,6	0,4	14,6	1,2
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-технолог
Шамшина Л. А.

Калькулятор
Косопанова В. Ф.

Директор по производству
Корнева Е. И.

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