

Меню Свободного выбора на 17,01,24



Наименование блюда	Цена	Выход (г)	Калорийность, Ккал	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Примерное количество хлебных единиц*
Холодные блюда							
Салат по-русски	16,56	100	131	2,7	11,3	4,6	0,4
Салат овощной с фасолью и кукурузой	31,24	100	164	3,2	10,9	13,5	1,1
Салат из свежих помидоров с яйцом, зеленым горошком	20,77	100	113	2,9	9,6	3,7	0,3
Первые блюда							
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, зеленью	22,73	10/250	78	4,0	3,9	6,9	0,6
Вторые блюда							
Жаркое с индейкой	58,16	200	256,0	9,50	16,20	18,20	1,50
Биточки "Школьные"	52,10	100	257	16,5	17,1	9,3	0,8
Филе куриное запеченное с ананасами	85,85	100	233	22,6	13,6	5,0	0,4
Гамбургер	54,40	180	425	16,9	18,6	47,4	3,9
Гарниры							
Картофель запеченный в сметанном соусе	21,22	180	204	4,3	9,5	25,20	2,1
Рис отварной	14,25	180	220	4,4	7,5	33,70	2,8
Напитки							
Компот из яблок	4,69	200	58,0	0,20	0,20	13,90	1,10
Чай с сахаром, лимоном	2,70	200/7	43	0,3	0,1	10,3	0,8
Чай с сахаром	1,38	200	41	0,2	0,1	10,1	0,8
Чай без сахара	0,42	200	2,0	0,2	0,05	0,07	0
Сок фруктовый	14,40	200	90	0,0	0,0	22,4	1,9
Фрукты							
Яблоко свежее	10,48	1 шт	58,1	0,5	0,5	12,7	1,1
Мандарин	17,54	1 шт	40,3	0,9	0,2	8,6	0,7
Хлеб							
Хлеб полезный с микронутриентами	1,77	25	52,5	1,8	0,3	10,8	0,9
Батон витаминный с микронутриентами	3,14	25	70,0	2,0	0,5	14,3	1,2

Инженер-технолог

Румянцева А.Ю.

Калькулятор

Косолапова 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.