

Белгородский университет кооперации, экономики и права

Комбинат питания

Меню на 21 июня 2022 года

	Наименование	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	К/кал
	Холодные блюда						
1.	Салат из свежих помидоров со сладким перцем (помидор, перец болгар., лук репч., масло раст., уксус, сахар)	1/100	41,00	0,9	4,7	4,3	66
2.	Салат «Зеленый» (пекинская капуста, св. огурец, зелень)	1/100	31,00	12,2	11,3	5,3	171
3.	Яйцо под майонезом	40/20	22,00	2,8	6,3	4,1	84,9
4.	Икра кабачковая с яйцом	80/20	28,00	15,3	9,8	0,3	66,14
5.	Морковь по-корейски	1/100	28,00	2,8	8,6	3,8	105
6.	Салат из свеклы с сыром и майонезом	70/15/15	35,00	5,4	14,2	7,2	178
7.	Аджика (помидор, перец болгар., перец горький, хрен, чеснок)	1/50	12,00	0,5	1,85	2,9	29,65
8.	Салат Фунчоза с овощами (лапша рисовая, лук реп., перец болгар., морковь, чеснок, соус соевый)	1/100	34,00	1,3	6,3	18,4	135,2
9.	Салат из редиса с огурцом и яйцом	1/100	26,00	5,4	14,2	7,2	178
10.	Салат из крабовых палочек с рисом (краб. палочки, рис, яйцо, кукуруза конс., огурцы св., майонез)	1/150	44,00	1,7	6,0	5,6	83
	Первые блюда						
1.	Окрошка «Любительская» с колбасой на кефире	250/10	79,00	7,75	4,75	10,75	117,5
2.	Суп овощной	1/250	24,00	2,2	4,4	12,35	99
	Вторые блюда						
1.	Горбуша запеченая с помидорами, сыром и майонезом	1/100	75,00	16,9	9	1,2	157
2.	Биточки рыбные жареные (пикша)	1/75	39,00	9,68	6,53	11,4	144
3.	Бедро отварное (мясо ц/б)	1/100	55,00	19,1	7,4	0,5	145
4.	Бедро куриное запеченое	1/100	64,00	25	15	8,7	270
5.	Котлета «Донец», жаренная во фритюре (свинина)	1/70	46,00	15,1	64,4	0,8	240
6.	Филе цыпленка запеченое с овощами	1/150	115,00	21,9	23,85	18,4	384,9
7.	Котлета рубленая из кур жареная	1/50	25,00	16,7	8,5	5,8	166,8
8.	Печень куриная жареная с луком в сметане	1/125	51,00	19,25	11	1,63	182,88
9.	Пикша жареная	1/75	52,00	11,7	3,9	4,88	101,48
10.	Мясо, запечённое с луком, сыром и майонезом	1/100	59,00	10,8	30,1	0,8	317
11.	Жаркое по-домашнему с курицей (картоф., помидор св., перец болгар., филе ц/б, сыр, кумин-зира, зелень, чеснок)	1/250	146,00	25,75	12,83	22	282,33
12.	Говядина отварная (лопатка)	1/50	90,00	9,3	7,0	-	93,5
	Гарниры						
1.	Картофельное пюре	1/150	29,00	3,2	8,3	21,8	177
2.	Рис отварной	1/150	17,00	3,8	6,2	38,6	228
3.	Каша перловая рассыпчатая с маслом	1/165	22,00	8,7	7,8	42,6	279
	Соус красный основной с кореньями	1/50	7,00	1,15	1,5	4,2	34
	Сырники творожные	1/75	36,00	9,0	5,55	16,05	162
	Сметана 15%	1/10	3,00	0,28	1,5	0,3	15,8
	Масло сливочное	1/5	6,00	0,03	4,1	0,03	37,3
1.	Напиток апельсиново- лимонный	1/200	9,00	0,1	-	24,2	93
2.	Компот из св/м ягодной смеси	1/200	16,00	0,1	-	24,2	93
3.	Молочный коктейль 2,5%	1/200	37,00	2,7	1,5	10,7	67
4.	Чай черный с сахаром	1/200/15	7,00	0,2	-	15	58
5.	Чай «Гринфилд» зелёный с сахаром	1/200/15	7,00	0,2	-	15	58
6.	Сок «Моя семья» фасованный	1/175	18,00	-	-	10,4	42
7.	Сок Сады Кубани	1/200	29,00	-	-	10,4	42
	Хлеб «Дарницкий»	1/33	1,50	2,5	0,3	16,4	75
	Хлеб Молочный	1/20	1,50	1,9	0,2	13,1	58
	Хлеб Ржано-пшеничный	1/28	2,00				

Директор
Зав. производством

Жмуркова В.В
Белых Н.Ю.

Представленные в меню блюда, изготавливаются без использования пищевых, биологически активных добавок и компонентов, полученных с применением генно-инженерно-модифицированных организмов