

**Белгородский университет кооперации, экономики и права**

**Комбинат питания**

**Меню на 27 апреля 2022 года**

	Наименование	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углево ды	К/кал
	<b>Холодные блюда</b>						
1.	Салат из свежей капусты с зеленью	1/100	<b>28,00</b>	1,7	6,0	5,6	83
2.	Морковь по-корейски	1/100	<b>28,00</b>	2,8	8,6	3,8	105
3.	Яйцо под майонезом	40/20	<b>22,00</b>	2,8	6,3	4,1	84,9
4.	Икра кабачковая с яйцом	80/20	<b>28,00</b>	15,3	9,8	0,3	66,14
5.	Салат из вешанок марин. с луком (марин. вешенки, лук репчат., масло раст., укроп)	1/100	<b>52,00</b>	3	8	4	98
6.	Салат из марин. шампиньонов с луком (шампиньоны мар., лук реп., масло раст., укроп)	1/100	<b>69,00</b>	3	10	4	119
7.	Салат из свеклы с сыром и майонезом	70/15/15	<b>31,00</b>	5,4	14,2	7,2	178
8.	Салат «Купеческий» (ветчина, фасоль кон., лук марин., шампиньоны кон., уксус, зелень, майонез)	1/100	<b>63,00</b>	5,4	16,2	3	179
9.	Аджика (помидор, перец болгар., перец горький, хрен, чеснок)	1/50	<b>12,00</b>	0,5	1,85	2,9	29,65
	<b>Первые блюда</b>						
1.	Рассольник ленинградский	1/250	<b>33,00</b>	3	4,5	20,1	135
2.	Суп овощной	1/250	<b>30,00</b>	2,2	4,4	12,35	99
	<b>Вторые блюда</b>						
1.	Горбуша запеченная с помидорами, сыром и майонезом	1/100	<b>75,00</b>	16,9	9	1,2	157
2.	Биточки рыбные жареные (пикша)	1/75	<b>39,00</b>	9,68	6,53	11,4	144
3.	Рыба в тесте жареная (горбуша)	1/75	<b>38,00</b>	15,1	64,4	0,8	240
4.	Мясо, запечённое с луком, сыром и майонезом	1/100	<b>59,00</b>	10,8	30,1	0,8	317
5.	Филе цыпленка, запеченное с грибами (филе ц/б, соевый соус, шампиньоны, лук репч., карри, сыр, майонез, перец болгар.)	1/150	<b>124,00</b>	29,7	13,05	0,45	245,1
6.	Бедро куриное запеченное	1/100	<b>64,00</b>	25	15	8,7	270
7.	Бедро отварное (мясо ц/б)	1/100	<b>52,00</b>	19,1	7,4	0,5	145
8.	Котлета «Дружба», жаренная во фритюре (мясо ц/б)	1/80	<b>52,00</b>	15,1	64,4	0,8	240
9.	Котлета по-полтавски жаренная (свинина лопатка)	1/60	<b>39,00</b>	21,6	27,8	28,8	444,7
10.	Шашлык из курицы	1/120	<b>95,00</b>	15,5	19	1,6	239
11.	Плов из птицы (филе ц/б, рис, том.паста, морковь, лук репч., чеснок, кумир-зира)	1/250	<b>81,00</b>	20,5	16	29,5	340
12.	Сердце свиное в соусе (сердце св., морковь, лук репч., соус красный основной)	50/75	<b>40,00</b>	11,5	8,1	2,1	127,5
13.	Печень куриная жареная с луком в сметане	1/125	<b>51,00</b>	19,25	11	1,63	182,88
14.	Говядина отварная (лопатка)	1/50	<b>90,00</b>	9,3	7,0	-	93,5
	<b>Гарниры</b>						
1.	Картофельное пюре	1/150	<b>29,00</b>	3,2	8,3	21,8	177
2.	Каша перловая рассыпчатая с маслом	1/165	<b>22,00</b>	8,7	7,8	42,6	279
3.	Рис отварной	1/150	<b>17,00</b>	3,8	6,2	38,6	228
	<b>Соус красный основной с кореньями</b>	<b>1/50</b>	<b>7,00</b>	1,15	1,5	4,2	34
	<b>Сырники творожные</b>	<b>1/75</b>	<b>36,00</b>	9,0	5,55	16,05	162
	<b>Сметана 15%</b>	<b>1/10</b>	<b>3,00</b>	0,28	1,5	0,3	15,8
	<b>Масло сливочное</b>	<b>1/5</b>	<b>6,00</b>	0,03	4,1	0,03	37,3
1.	Напиток апельсиново-лимонный	1/200	<b>9,00</b>	0,1	-	24,2	93
2.	Молочный коктейль 2,5%	1/200	<b>37,00</b>	2,7	1,5	10,7	67
3.	Чай черный с сахаром	1/200/15	<b>7,00</b>	0,2	-	15	58
4.	Чай «Гринфилд» зелёный с сахаром	1/200/15	<b>7,00</b>	0,2	-	15	58
5.	Сок «Моя семья» фасованный	1/175	<b>18,00</b>	-	-	10,4	42
6.	Сок Сады Кубани	1/200	<b>29,00</b>	-	-	10,4	42
	<b>Хлеб «Дарницкий»</b>	<b>1/33</b>	<b>1,50</b>	2,5	0,3	16,4	75
	<b>Хлеб Молочный</b>	<b>1/20</b>	<b>1,50</b>	1,9	0,2	13,1	58
	<b>Хлеб Ржано-пшеничный</b>	<b>1/28</b>	<b>2,00</b>				

Директор

Жмуркова В.В

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