

Ассортимент блюд на свободную продажу

Холодные блюда

№	Наименование	Вес, г	Стоимость, р	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккалории
1	Сметана	100.00	27.85	2.80	20.00	3.20	206.00
2	Майонез	100.00	12.45	2.80	67.00	2.60	624.00

Супы

№	Наименование	Вес, г	Стоимость, р	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккалории
1	Суп с макаронными изделиями	250.00	7.87	2.56	4.19	13.97	117.58
2	Борщ с капустой и картофелем на п/ф	250.00	10.50	1.79	4.89	4.03	101.46
3	Щи из свежей капусты с картофелем на п/ф	250.00	7.61	1.71	4.92	0.42	87.84
4	Суп картофельный с бобовыми на п/ф	250.00	18.17	5.72	4.53	9.94	155.45
5	Рассольник "Ленинградский" на п/ф	250.00	12.80	2.10	5.11	3.49	124.11
6	Суп картофельный с перловкой рыб. консервами на п/ф	250.00	25.06	5.98	7.67	6.40	177.19
7	Суп картофельный с бобовыми с копченостями	250.00	30.05	7.52	8.73	20.01	191.18
8	Суп лапша на курином бульоне	250.00	5.15	3.43	4.59	13.44	115.27
9	Суп-харчо	250.00	6.92	3.19	3.63	15.59	113.36
10	Суп грибной	250.00	15.70	2.82	5.29	0.00	108.34
11	Суп картофельный с мясными фрикадельками №299	250.00	34.53	8.89	6.03	0.04	154.08
12	Солянка домашняя на п/ф б/сметаны	250.00	41.40	5.69	10.07	1.63	153.89

Блюда из картофеля, овощей и грибов

№	Наименование	Вес, г	Стоимость, р	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккалории
1	Картофель жареный (из вареного)	100.00	11.90	2.30	2.16	0.00	102.58
2	Картофель жареный (из сырого)	100.00	16.65	2.75	9.51	22.03	189.35
3	Рагу из овощей	100.00	10.58	1.35	2.77	0.57	70.51
4	Овощное рагу с баклажанами	100.00	41.44	1.59	6.15	8.39	100.58
5	Пюре картофельное на п/ф	100.00	12.86	2.03	5.43	0.49	108.36
6	Капуста тушеная на п/ф	100.00	7.73	2.13	3.06	4.39	74.62
7	Рагу из овощей на п/ф	100.00	20.50	1.98	9.47	2.07	127.15
8	Сложный гарнир..	100.00	9.00	2.19	2.98	2.17	81.19
9	Овощи запеченные	100.00	36.73	1.62	3.19	3.73	67.97
10	Цветная капуста	100.00	50.36	2.09	2.47	4.08	46.15
11	Картофель запеченный с сыром	100.00	17.39	4.10	3.85	0.00	122.71
12	Картофель фри с п/ф	100.00	24.59	3.63	26.81	1.50	382.62
13	Запеканка картофельная с мясом	100.00	39.20	7.47	9.71	1.53	186.71
14	Папоротник жареный с луком	100.00	28.52	1.90	9.06	0.00	108.29

Блюда из круп

№	Наименование	Вес, г	Стоимость, р	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккалории
1	Каша гречневая рассыпчатая	100.00	10.66	5.70	5.26	28.03	185.23
2	Каша перловая (рассыпчатая)	100.00	2.96	2.96	2.96	21.05	124.81
3	Каша рисовая (вязкая) на молоке	250.00	26.84	6.69	12.68	58.72	375.07
4	Каша манная (жидкая) на молоке	200.00	19.95	7.30	8.16	32.16	231.31
5	Каша пшеничная (жидкая) на молоке	200.00	21.49	8.94	9.76	35.61	266.43
6	Каша пшеничная (вязкая) на молоке	200.00	14.99	8.21	8.20	36.94	256.26
7	Рис отварной с овощами на п/ф	100.00	10.40	2.44	4.71	20.64	130.42
8	Каша "Дружба"	200.00	22.73	6.75	9.66	30.27	234.56

9	Каша Рябчик	200.00	21.78	7.17	8.56	27.72	216.18
10	Рис отварной школа	100.00	8.07	2.44	4.03	23.91	128.07

Блюда из бобовых

№	Наименование	Вес, г	Стоимость, р	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккалории
1	Фасоль стручковая жаренная	100.00	26.55	1.49	2.57	1.85	36.18
2	Смесь овощная	100.00	28.10	1.62	3.07	0.07	41.50
3	Смесь овощная	100.00	28.10	1.62	3.07	0.07	41.50
4	Смесь овощная	100.00	28.10	1.62	3.07	0.07	41.50

Блюда из макаронных изделий

№	Наименование	Вес, г	Стоимость, р	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккалории
1	Макаронные изделия отварные	100.00	4.67	3.36	4.66	19.89	133.48
2	Макаронные изделия, запеченные с сыром №299	100.00	9.58	5.36	5.43	21.51	157.38

Блюда из рыбы и морепродуктов

№	Наименование	Вес, г	Стоимость, р	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккалории
1	Цветная капуста в кляре	100.00	35.63	5.58	12.75	17.12	191.66

Сладкие блюда

№	Наименование	Вес, г	Стоимость, р	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккалории
1	Компот из свежих плодов	200.00	8.42	0.11	0.16	16.16	61.58
2	Компот из смеси сухофруктов	200.00	6.29	0.46	0.00	29.76	116.00
3	Компот из кураги	200.00	5.15	0.78	0.00	20.23	80.58
4	Компот из чернослива	200.00	10.55	0.57	0.00	29.57	117.35
5	Компот из св. груш интернат	200.00	13.17	0.16	0.12	18.77	73.65
6	Компот из изюма	200.00	4.74	0.27	0.00	21.88	84.78

Напитки

№	Наименование	Вес, г	Стоимость, р	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккалории
1	Чай с сахаром	200.00	2.39	0.40	0.10	15.05	56.85
2	Какао с молоком	200.00	13.42	3.71	3.14	25.31	132.99
3	Кофейный напиток с молоком	200.00	17.46	4.47	3.75	28.36	161.44
4	Кофе 3в1	200.00	16.04	0.00	0.40	14.40	64.00
5	Напиток клюквенный	200.00	15.48	0.13	0.00	24.90	97.46
6	Напиток брусничный	200.00	25.59	0.21	0.15	27.35	107.65
7	Напиток вишневый	200.00	11.29	0.20	0.13	26.53	103.96
8	Чай с сахаром с лимоном	215.00	3.50	0.44	0.11	15.20	58.50
9	Чай с молоком.	200.00	6.38	1.51	1.28	17.35	82.85
10	Напиток апельсиновый	200.00	5.58	0.20	0.04	25.73	99.76
11	Напиток яблочный	200.00	13.49	0.22	0.22	15.27	62.20
12	Напиток из черники	200.00	16.11	0.26	0.14	21.88	86.36
13	Напиток из смородины	200.00	12.44	0.25	0.05	26.78	104.25
14	Напиток из шиповника	200.00	6.93	0.00	0.00	19.56	70.49
15	Напиток облепиховый	200.00	11.80	0.22	0.63	25.20	103.96

Компот с грушами 4200 4.20

Миска красная 4200 18.17

Миска и вилочка 4200 14.44

Миска и вилочка 4200 10.80

Калькулятор

Директор: _____

Прайс на свободную продажу

Холодные блюда

03.03.22,

№	Наименование	Вес, г	Стоимость, р	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккалории
1	Салат из белокачанной капусты	100.00	10.80	1.34	5.06	8.38	83.05
2	Салат из свеклы с яблоками	100.00	13.39	1.11	5.16	5.44	95.71
3	Салат из свеклы с сыром	100.00	16.04	3.76	13.44	0.43	170.25
4	Салат "Мимоза"	100.00	33.37	8.65	22.40	0.64	247.01
5	Салат "Сельдь под шубой"	100.00	21.11	5.72	15.54	2.85	188.05
6	Салат "Загадка"	100.00	44.80	9.25	30.60	1.80	326.00
7	Сельдь с луком	100.00	23.93	9.26	18.54	0.00	218.30
8	Салат из овощей	100.00	26.91	1.16	10.08	2.20	110.20
9	Салат витаминный	100.00	26.48	1.59	6.07	7.43	98.09
10	Салат Невеста	100.00	37.96	8.11	21.67	3.74	246.17
11	Салат Нептун	100.00	38.63	6.58	17.79	3.18	197.89
12	Салат из свежих помидор	100.00	33.20	1.05	6.18	3.61	75.79
13	Салат Мясной	100.00	25.00	5.26	19.11	1.86	214.50
14	Салат из белокачанной капусты с кукурузой	100.00	10.96	1.63	5.14	8.63	86.85
15	Салат "Оливье"	100.00	22.52	4.59	15.94	2.49	183.25
16	Чафан с майонезом	100.00	13.54	2.03	19.61	1.69	170.23
17	Салат Обжорка	100.00	25.93	7.69	21.36	0.70	296.00
18	Салат с крабовыми палочками	100.00	25.41	7.82	13.55	5.88	175.33
19	Салат из морской капусты с яйцом	100.00	16.18	4.67	13.36	3.26	150.59
20	Салат Фантазия с курицей	100.00	35.08	7.69	18.21	2.07	188.67
21	Чафан с мясом	100.00	32.50	4.43	17.12	1.45	159.79
22	Салат Столичный	100.00	27.53	5.32	6.42	5.06	103.75
23	Салат "Сельдь под шубой" со сметаной	100.00	23.96	5.69	7.70	6.08	116.55
24	Салат "Оливье" со сметаной	100.00	25.17	4.59	8.11	5.31	113.58
25	Салат из свежих помидоров и огурцов лук реп.	100.00	30.46	0.98	6.44	2.73	74.80
26	Салат "Гусарский"	100.00	32.51	5.33	18.97	3.89	205.83
27	Винегрет овощной	100.00	17.28	1.70	16.82	1.22	193.67
28	Салат из кальмаров с яйцом	100.00	26.67	5.66	17.90	2.26	192.02
29	Салат "Несвижский"	100.00	18.35	3.66	22.66	0.00	246.82
30	Салат "Степной" из разных овощей	100.00	14.02	1.40	6.14	1.69	93.47
31	Салат "Таежный"	100.00	64.59	6.71	17.16	0.05	210.03
32	Салат "Февраль"	100.00	31.67	7.45	26.54	2.98	295.75
33	Салат дальневосточный из морской капусты	100.00	9.46	1.02	10.20	7.14	124.44
34	Салат дальневосточный из морской капусты	100.00	9.46	1.02	10.20	7.14	124.44
35	Салат "Витаминка"	100.00	33.13	0.41	5.16	4.36	63.95
36	Салат "Цада"	100.00	31.73	4.26	13.46	2.42	167.40
37	Салат "Морской бриз"	100.00	22.23	4.07	26.45	5.43	276.25
38	Салат "Деревенька"	100.00	20.41	1.01	20.09	1.52	197.00
39	Салат "Бавария"	100.00	39.34	9.70	46.48	6.67	507.13
40	Салат "Семицветик"	100.00	33.79	8.56	30.99	3.72	334.90
41	Салат "Бурячок"	100.00	17.46	1.65	8.16	3.29	112.32
42	Салат "Гусарский" вареной колбасой	100.00	37.49	6.91	29.16	1.89	295.90
43	Салат из белокачанной капусты с огурцом свежим	100.00	16.19	1.25	5.36	4.29	78.54
44	Салат "Таежный" на п\ф и филе кур	100.00	42.96	6.36	19.65	0.05	235.68
45	Салат из сыра, яблок и огурцов с м/р	100.00	45.99	9.01	29.38	2.41	328.20
46	Салат Невеста (филе кур)	100.00	35.79	7.51	26.08	1.47	294.55

Ассортимент блюд на свободную продажу**Холодные блюда**

№	Наименование	Вес, г	Стоимость, р	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккалории
1	Сосиска отварная	50.00	29.52	5.06	8.96	0.73	119.70

Блюда из картофеля, овощей и грибов

№	Наименование	Вес, г	Стоимость, р	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккалории
1	Кабачки жареные	100.00	29.24	1.24	8.42	8.01	111.26
2	Перец фаршированный овощами и рисом	100.00	44.72	1.46	5.37	6.70	87.47
3	Зразы картофельные с грибами и луком	100.00	26.16	3.10	12.06	3.40	205.15
4	Перец, запеченный с мясом и грибами	100.00	75.40	9.70	22.39	3.50	259.32
5	Запеканка картофельная с мясом	100.00	39.20	7.47	9.71	1.53	186.71

Блюда из круп

№	Наименование	Вес, г	Стоимость, р	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккалории
1	Запеканка рисовая с творогом	100.00	14.15	3.94	6.47	25.90	177.90
2	Пудинг рисовый	100.00	13.43	3.38	5.15	27.52	169.98
3	Запеканка манная	100.00	11.81	4.35	5.65	26.62	174.68
4	Манник со сгущенным молоком	100.00	19.28	6.09	10.88	38.76	275.35

Блюда из творога

№	Наименование	Вес, г	Стоимость, р	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккалории
1	Запеканка из творога	100.00	21.52	9.53	8.22	35.91	255.72
2	Сырники из творога с молоком сгущенным	120.00	38.37	17.18	12.13	31.17	299.59

Блюда из рыбы и морепродуктов

№	Наименование	Вес, г	Стоимость, р	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккалории
1	Рыба жареная	100.00	94.85	23.29	13.09	4.13	222.91
2	Рулетки из горбуши с сыром	100.00	88.31	21.07	21.20	0.16	292.57
3	Горбуша с овощами сыром	100.00	62.53	15.31	20.64	0.35	256.80
4	Шашлык из горбуши	100.00	82.82	17.43	6.24	0.91	132.33
5	Рыба жареная (минтай)	100.00	57.75	20.25	5.70	2.19	140.20
6	Горбуша, тушенная в сметанном соусе	100.00	59.18	15.60	6.86	2.04	130.37
7	Горбуша, запеченная с овощами	100.00	51.02	12.66	15.88	0.26	199.35
8	Рыба (горбуша) по-польски	100.00	81.20	20.97	17.58	7.89	266.14
9	Рыба (минтай) по-польски	100.00	99.43	15.40	9.67	7.59	174.97
10	Рыба, запеченная с картофелем по-русски (минтай филе)	100.00	21.42	6.64	5.15	0.87	111.75
11	Рыба жареная в тесте	100.00	70.13	10.73	13.08	15.01	207.85
12	Рыба, запеченная с картофелем по-русски (горбуша)	100.00	34.23	8.69	6.21	1.88	132.65
13	Тефтели рыбные школа (горбуша)	100.00	58.09	13.99	10.91	13.31	202.58
14	Рыба "Аппетитная" (минтай)	100.00	56.33	7.35	8.97	4.74	137.99
15	Котлета рыбная "Любительская" (горбуша)	100.00	60.37	16.29	8.16	10.73	181.03

16	Котлета рыбная "Любительская" (минтай)	100.00	39.44	12.94	4.53	10.73	135.80
17	Котлета рыбная (минтай)	100.00	75.47	11.64	7.30	16.33	170.18
18	Котлета рыбная (горбуша)	100.00	54.49	14.53	10.84	16.33	212.75
19	Котлета "Фиш" (горбуша)	100.00	69.42	18.06	11.93	7.77	204.30
20	Рыба под сырной корочкой (минтай)	100.00	61.11	17.91	9.56	0.45	163.65
21	Зразы рыбные из минтая с яйцом и луком	100.00	38.49	11.25	8.97	8.10	158.43
22	Зразы рыбные из горбуши с яйцом и луком	100.00	65.27	13.83	11.30	8.10	192.75
23	Кальмары в сметанном соусе	100.00	72.84	14.67	11.22	0.41	167.25

Блюда из мяса и мясopодуктов

№	Наименование	Вес, г	Стоимость, р	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккалории
1	Бефстроганов	100.00	81.98	16.34	4.23	2.69	117.51
2	Эскалоп	50.00	42.56	9.26	23.23	0.00	251.94
3	Печень по-строгановски	100.00	50.37	18.46	12.45	2.57	198.46
4	Фрикадельки в соусе	100.00	47.88	8.89	14.48	10.38	207.10
5	Сосиски сардельки отварные	100.00	59.04	10.12	15.53	0.00	183.54
6	Жаркое по-домашнему	100.00	50.51	9.97	5.10	0.69	177.80
7	Азу	100.00	46.28	6.21	4.31	1.21	108.86
8	Говядина, тушенная с черносливом	100.00	141.13	16.12	7.94	26.40	223.81
9	Куриная отбивная	100.00	56.01	18.57	22.27	0.13	275.46
10	Перец фаршированный	100.00	96.91	11.03	7.72	9.60	153.07
11	Говядина в кисло-сладком соусе	100.00	73.10	14.44	4.95	8.50	132.76
12	Говядина отварная	100.00	101.96	21.42	4.25	2.03	132.53
13	Жаркое с куриным филе	100.00	29.55	7.15	8.47	0.36	146.77
14	Гуляш из говядины	100.00	83.18	15.21	5.51	1.42	116.59
15	Гуляш из говядины	100.00	83.18	15.21	5.51	1.42	116.59
16	Гуляш из куриного филе	100.00	38.03	13.64	15.98	2.31	215.81
17	Котлеты, биточки, шницели.	100.00	45.51	14.41	11.63	15.49	217.17
18	Плов с мясом школа	100.00	56.54	11.98	4.82	16.18	160.02
19	Мясо отварное (говядина)	100.00	155.07	19.29	2.58	0.00	101.22
20	Печень жареная с луком	100.00	49.44	21.50	17.28	3.44	269.20
21	Печень жареная с луком	100.00	49.44	21.50	17.28	3.44	269.20
22	Свинная отбивная	100.00	91.54	22.73	11.13	0.24	178.19
23	Отбивная из свинины с помидором и сыром	100.00	71.72	16.28	26.35	6.65	320.57
24	Поджарка из свинины	100.00	47.69	10.30	35.51	0.94	370.90
25	Кабачки фаршированные мясом с рисом	100.00	57.38	8.30	6.59	7.20	122.29
26	Бризоль (свинина)	100.00	66.25	20.75	13.92	0.00	196.34
27	Бефстроганов из филе кур	100.00	55.29	13.11	17.61	2.76	228.27
28	Люля-кебаб из говядины	70.00	80.79	16.32	10.54	0.00	161.25
29	Люля-кебаб из говядины	100.00	115.41	23.32	15.05	0.00	230.36
30	Зразы мясные фаршированные грибами	100.00	53.09	11.97	16.07	11.29	239.18
31	Зразы мясные фаршированные зел. луком и яйцом	100.00	49.44	11.43	14.84	11.64	222.21
32	Свинина в кисло-сладком соусе	100.00	58.36	7.79	17.54	10.75	234.39
33	Котлеты "Сибирячка"	100.00	53.80	14.91	17.59	10.21	258.05
34	Зразы "Мечта"	100.00	51.65	18.82	27.94	20.26	411.39
35	Зразы "Идеал"	100.00	52.22	20.10	25.08	20.29	389.69

58841/100

исследован с мясом, фасом 2045

Блюда из птицы и дичи

№	Наименование	Вес, г	Стоимость, р	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккалории
1	Птица отварная	100.00	53.25	16.25	12.14	0.70	191.69
2	Курица, тушенная в сметанном соусе	100.00	49.57	13.09	11.11	1.78	147.87
3	Плов из птицы	100.00	27.35	6.92	6.28	17.25	133.88
4	Котлета Енисейка	120.00	78.77	28.86	9.87	17.94	355.86
5	Котлета Енисейка	100.00	65.64	24.05	8.23	14.95	296.55
6	Котлета куринная натуральная Нежность	100.00	58.91	20.17	7.65	23.54	290.96
7	Отбивная из филе куриного с помидором	100.00	49.73	16.16	12.95	4.15	282.75
8	Филе куриное отварное	100.00	66.45	22.83	14.53	0.23	239.90
9	Шашлык из филе	100.00	61.70	22.22	15.26	6.80	254.74
10	Куриное филе с грибами и сыром	100.00	61.66	15.50	9.50	8.34	277.99
11	Жаркое из кур	100.00	25.96	8.03	7.66	0.61	149.72
12	Чахохбили колледж	100.00	52.99	12.38	15.16	1.64	182.68
13	Куриное филе в сырной панировке	100.00	69.66	23.17	8.96	5.81	289.05
14	Куриное филе в сырной панировке	100.00	69.66	23.17	8.96	5.81	289.05
15	Птица запеченная	100.00	52.78	18.14	9.55	0.50	132.28
16	Биточек куриный с грибами и сыром	100.00	35.40	11.68	6.34	4.15	188.99
17	Куриное филе с помидорами, сыром, сметаной	100.00	60.39	17.38	6.39	1.64	197.42
18	Куриное филе с сыром	100.00	51.43	18.10	6.12	0.36	189.58
19	Куриное филе с сыром	100.00	51.43	18.10	6.12	0.36	189.58
20	Филе цыпленка с ананасом	100.00	59.35	16.76	6.38	3.70	198.93
21	Плов с филе кур	100.00	30.37	7.25	6.24	17.09	150.83
22	Мясо по-красноярски из филе кур	100.00	62.87	18.41	18.71	0.64	289.01
23	Мясо по-красноярски из филе кур	100.00	62.87	18.41	18.71	0.64	289.01
24	Мясо по-красноярски из свинины	100.00	25.15	12.60	30.58	0.64	396.08
25	Птица по-столичному (филе кур)	100.00	44.10	15.94	17.93	9.12	279.97
26	Котлета натуральная из филе кур	55.00	38.55	12.43	5.81	0.08	160.89
27	Котлеты рубленые из птицы с филе кур	50.00	28.08	8.20	6.12	7.74	120.83
28	Котлеты рубленые из птицы с филе кур	50.00	28.08	8.20	6.12	7.74	120.83
29	Плов с мясом (свинина)	100.00	47.22	7.28	14.36	16.06	228.95
30	Биточки "Солнечные"	90.00	36.96	14.45	4.72	3.74	156.05
31	Биточки "Солнечные"	100.00	41.07	16.05	5.25	4.16	173.39

Калькулятор: _____

Директор: _____