

16.03.2026

Составлен на основании  
тех. карты и справочника  
пищевой ценности  
продукта

## Ресторан «ВЕРШИНА СЧАСТЬЯ»

№	Наименование блюда	Выход блюда, кг.	Жиры, г.	Белки, г.	Углево-ды, г.	Калорий-ность, ккал.	Жиры, г.	Белки, г.	Углево-ды, г.	Калорий-ность, ккал.	Состав блюда
			Содержание в 100 г. блюда				Содержание в 1 порц. блюда				
<b>ГАРНИРЫ</b>											
1	Жареный картофель с копченой сметаной	0,19	33	2,5	14	370	64	4,5	27	169	Картофель, масло растительное, соль пищевая, перец черный молотый, лук репчатый, укроп/петрушка, масло сливочное. Сметана
2	Рис Басмати	0,15	4	7	72	350	6,5	11	116	525	Рис басмати, масло сливочное, соль пищевая, укроп/петрушка, базилик.
3	Пюре картофельное	0,15	6,5	2,5	17	140	10	4	26	210	Картофель, молоко, масло сливочное, соль, укроп/петрушка.