

6 - დღიანი სანიმუშო მენიუ

* - ლიმონის ჩანაცვლება შესაძლებელია სხვა ხილით კენკრით ან ჩირით სეზონურობის გათვალისწინებით

<u>ორშაბათი</u> 1. ბორშჩი ხორცის ბულიონზე არაჟნით - 450 გრ. 2. ფლავი მოხარშული ხორცი-70/200 გრ. 3. ხაჭოს მოზრეწულა - 100გრ. 4. ასკილის ნაყენი-200 გრ. 5. პური - 250 გრ.	<u>სამშაბათი</u> 1. მაწვნის შეჭამანდი - 400 გრ. 2. კატლეტი ხორცის, შემწვარი საფანელში - 105 გრ. 3. სტაფილო-კარტოფილის პიურე(გარნირი)- 200 გრ. 4. კვერცხი მოხარშული -1 ცალი. 5. ლიმონის ნატურალური სასმელი -200 გრ* 6. პური -250გრ.
<u>ოთხშაბათი</u> 1. ჩიხითმა ქათმის ბულიონზე -400 გრ. 2. მოხარშული ქათმის ხორცი წიწიბურას გარნირით -75/200 გრ. 3. ხაჭოს მოზრეწულა -100 გრ. 4. ასკილის ნაყენი -200 გრ. 5. პური -250 გრ.	<u>ხუთშაბათი</u> 1. ხორცის წვნიანი მაკარონით -50/400 გრ. 2. თევზი შემწვარი საფანელში -70 გრ. 3. კარტოფილის პიურე -200 გრ. 4. კვერცხი მოხარშული -1 ცალი. 5. ლიმონის ნატურალური სასმელი -200 გრ. 6. პური -250 გრ.
<u>პარასკევი</u> 1. ლობიოს წვნიანი -400 გრ. 2. მოხარშული სოსისი -150 გრ. 3. წიწიბურას ფანტია ფაფა -200 გრ. 4. ხაჭოს მოზრეწულა - 100 გრ. 5. ასკილის ნაყენი -200 გრ. 6. პური - 250 გრ.	<u>შაბათი</u> 1. წვნიანი ხორცის გუფთებით -60/400 გრ. 2. ტოლმა-არაჟნით -80/250 გრ. 3. კვერცხი მოხარშული - 1 ცალი. 4. ლიმონის ნატურალური სასმელი -200 გრ. 5. პური - 250 გრ.

გამოყენებული კერძების ქიმიური შემადგენლობა

განსაზღვრული ინგრედიენტები	ორშაბათი	სამშაბათი	ოთხშაბათი	ხუთშაბათი	პარასკევი	შაბათი
ცილები, გ	63,3	56,6	55,1	62,3	68,3	61,5
ცხიმები, გ	39,4	36,4	44,9	33,9	49,4	29,9
ნახშირწყლები, გ	243	223	211	230	266	181,5
ენერგეტიკული ღირებულება, კკალ	1579	1445,5	1468	1473,5	1781	1240