СОГЛАСОВАНО
И.О. заведующего
подпись
расшифровка подписи

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "КОП Промышленного района г.о. Самара"
Аверискин А.Ю.
подпись
расшифровка подписи

Меню дневного рациона 201 д/с на 13.08.24

Выход (г)	Наименование блюда	эн.цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	-ЗАВТРАК-		
5/30	***Бутерброд со сливочным маслом*** Батон, Масло сливочное	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
200/5	***Каша кукурузная молочная жидкая*** Молоко, Крупа кукурузная, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное	ккал-241, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-38	
180/10	***Чай с сахаром*** Чай, Сахар-песок	ккал-40, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-10	
	-ВТОРОЙ ЗАВТРАК-		
100	***Йогурт*** йогурт	ккал-63, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-3	
	-ОБЕД-		
200/1	***Суп овощной на бульоне с укропом*** Зеленый горошек, Капуста б/к, Картофель, Лук репчатый, Масло растительное, Морковь, Соль, Зелень	ккал-61, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-8	
70	***Биточки рубленые куриные с томатным соусом*** Курица, Хлеб пшеничный, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное, Масло сливочное, Мука, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Сахар-песок	ккал-120, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
130/20	***Гороховое пюре с огурцом свежим порционно*** Крупа горох, Масло сливочное, Соль, Огурцы	ккал-201, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-28	
180	***Компот из сухофруктов*** Сухофрукты, Сахар-песок	ккал-68, Белки-0, Углеводы-17	
30	***Хлеб пшеничный*** Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
30	***Хлеб ржаной*** Хлеб ржаной	ккал-67, Белки-2, Жиры-0, Углеводы-14	
	-ПОЛДНИК-		
50	***Печенье "К кофе"*** Печенье "К кофе"	ккал-250, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-38	
200	***Напиток клюквенный Школьный*** Клюква, Сахар-песок	ккал-62, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-15	
	-УЖИН-		
150/15	***Лапшевник с творогом со сгущёным молоком.*** Лапша, Творог, Яйцо, Сахар-песок, Масло растительное, Сметана, Сухари панировочные, Соль, Сгущенное молоко	ккал-306, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-41	
180/10	***Чай с молоком*** Чай, Молоко, Сахар-песок	ккал-95, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	
100	***Яблоко свежее (нарезка)*** Яблоки	ккал-44, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-10	
	Итого за день:	ккал-1821, Белки-62, Жиры-51, Углеводы-278	***179***

Калькулятор _____ Бригадир поваров _____