

ОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "КОП Промышленного района г.о. Самара"

*А.И. Шибанов*  
расшифровка подписи

*А.Ю. Аврискин*  
подпись  
расшифровка подписи

**Меню дневного рациона 201 д/с на 20.05.24**

Наименование блюда	эн.цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>-ЗАВТРАК-</b>		
<b>Бутерброд со сливочным маслом</b> Батон, Масло сливочное	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
<b>Каша геркулесовая молочная с маслом сл.</b> Крупа геркулес, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Соль	ккал-223, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-29	
<b>Какао напиток с молоком</b> Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	
<b>-ВТОРОЙ ЗАВТРАК-</b>		
<b>Сок фруктовый</b> Сок фруктовый	ккал-68, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-16	
<b>-ОБЕД-</b>		
<b>Суп картофельный с вермишелью с укропом</b> Картофель, Морковь, Лук репчатый, Соль, Масло растительное, Макароны, Зелень	ккал-103, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18	
<b>Плов из птицы с кукурузой консервированной</b> Курица, Масло растительное, Морковь, Крупа рисовая, Соль, Лук репчатый, Томатная паста, Кукуруза	ккал-310, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-39	
<b>Компот из кураги</b> Курага, Сахар-песок	ккал-80, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-19	
<b>Хлеб пшеничный</b> Хлеб пшеничный	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
<b>Хлеб ржаной</b> Хлеб ржаной	ккал-84, Белки-3, Жиры-0, Углеводы-13	
<b>-ПОЛДНИК-</b>		
<b>Сушки</b> сушки	ккал-216, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-33	
<b>Чай (с сахаром)</b> Чай, Сахар-песок	ккал-45, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-11	
<b>-УЖИН-</b>		
<b>Котлеты "Любительские" рыбные с соусом томатным.</b> Масло сливочное, Мука, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Сахар-песок, Соль, Рыба (минтай), Хлеб пшеничный, Яйцо, Молоко	ккал-63, Белки-6, Жиры-3, Углеводы-3	
<b>Пюре из картофеля с маслом сливочным</b> Картофель, Масло сливочное, Соль, Молоко	ккал-99, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
<b>Кисель из вишни (фруктово-ягодный)</b> Вишня, Сахар-песок, Крахмал картофельный	ккал-119, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-30	
<b>Хлеб пшеничный</b> Хлеб пшеничный	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	

**Итого за день:** ккал-1875, Белки-52, Жиры-49, Углеводы-303

179

ятор  
*А.И. Шибанов*

Бригадир поваров

*А.Ю. Аврискин*