

СОГЛАСОВАНО



Волобуева М.А.
подпись
расшифровка подписи

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



Аврискин А.Ю.
подпись
расшифровка подписи

Меню дневного рациона 201 дс на 12.08.24

| Выход (г) | Наименование блюда | зн.цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|--|-------------------------|
| -ЗАВТРАК- | | | |
| 530 | Бутерброд со сливочным маслом Батон, Масло сливочное | ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15 | |
| 200/5 | Каша геркулесовая молочная с маслом сл Крупа геркулес, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Соль | ккал-223, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-29 | |
| 180 | Какао напиток с молоком Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко | ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16 | |
| -ВТОРОЙ ЗАВТРАК- | | | |
| 100 | Сок фруктовый Сок фруктовый | ккал-68, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-16 | |
| -ОБЕД- | | | |
| 200/1 | Суп картофельный с вермишелью с укропом Картофель, Морковь, Лук репчатый, Соль, Масло растительное, Макароны, Зелень | ккал-103, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18 | |
| 200 | Плов из птицы с кукурузой консервированной Курица, Масло растительное, Морковь, Крупа рисовая, Соль, Лук репчатый, Томатная паста, Кукуруза | ккал-310, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-39 | |
| 180 | Компот из кураги Курага, Сахар-песок | ккал-80, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-19 | |
| 40 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 | |
| 40 | Хлеб ржаной Хлеб ржаной | ккал-84, Белки-3, Жиры-0, Углеводы-13 | |
| -ПОЛДНИК- | | | |
| 48 | Сушки сушки | ккал-216, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-33 | |
| 200/11 | Чай (с сахаром) Чай, Сахар-песок | ккал-45, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-11 | |
| -УЖИН- | | | |
| 80 | Котлеты "Любительские" рыбные с соусом томатным. 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 | |
| 130 | Пюре из картофеля с маслом сливочным Картофель, Масло сливочное, Соль, Молоко | ккал-99, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12 | |
| 200 | Кисель из вишни (фруктово-ягодный) Вишня, Сахар-песок, Крахмал картофельный | ккал-119, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-30 | |
| 40 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24 | |
| | | Итого за день: ккал-1875, Белки-52, Жиры-49, Углеводы-303 | 179 |

Калькулятор

[Handwritten signature]

Бригадир поваров

[Handwritten signature]