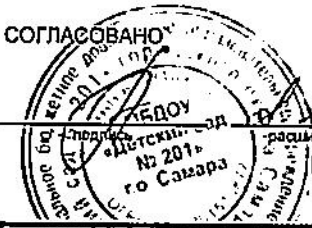


СОГЛАСОВАНО


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

 Аврискин А.Ю.
 расшифровка подписи

Меню дневного рациона 201 д/с на 02.05.23

Выход (г)	Наименование блюда	эн.цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-ЗАВТРАК-			
5/30	<i>Бутерброд со сливочным маслом</i> Батон, Масло сливочное	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
200/5	<i>Каша геркулесовая молочная с маслом сл.</i> Крупа геркулес, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Соль	ккал-228, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-23	
180	<i>Какао напиток с молоком</i> Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	
-ВТОРОЙ ЗАВТРАК-			
100	<i>Напиток из шиповника</i> Плоды шиповника, Сахар-песок	ккал-42, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-10	
-ОБЕД-			
200/1	<i>Суп полевой, зелень</i> Картофель, Морковь, Лук репчатый, Соль, Крупа пшено, Зелень, Масло растительное	ккал-97, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-16	
180	<i>Курица тушеная с овощами</i> Курица, Сметана, Мука, Соль, Масло растительное, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Зеленый горошек	ккал-158, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-17	
180	<i>Компот из сухофруктов</i> Сухофрукты, Сахар-песок	ккал-101, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-25	
20	<i>Хлеб пшеничный</i> Хлеб пшеничный	ккал-47, Белки-2, Жиры-0, Углеводы-10	
20	<i>Хлеб ржаной</i> Хлеб ржаной	ккал-34, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-7	
-ПОЛДНИК-			
50	<i>Печенье "К кофе"</i> Печенье "К кофе"	ккал-177, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-26	
200	<i>Чай со смородиной</i> Чай, Сахар-песок, Черная смородина	ккал-39, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-10	
-УЖИН-			
50	<i>Кабачковая икра</i> Икра кабачковая	ккал-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5	
170	<i>Макаронные изделия с сыром с маслом</i> Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное, Сыр	ккал-254, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-35	
200/11	<i>Чай (с сахаром)</i> Чай, Сахар-песок	ккал-45, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-11	
20	<i>Хлеб пшеничный</i> Хлеб пшеничный	ккал-47, Белки-2, Жиры-0, Углеводы-10	

Итого за день: ккал-1564, Белки-42, Жиры-44, Углеводы-235

179

Калькулятор

 Бригадир поваров
