

СОГЛАСОВАНО

И.О. *Закруженцев**А.В. Жилинов*
подпись

расшифровка подписи

УТВЕРЖДАЮ

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

Аврискин А.Ю.

подпись

расшифровка подписи

Меню дневного рациона 201/1 д/с на 27.02.24

| Выход (г) | Наименование блюда | эн.цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|--------------------------------|---|--|-------------------------|
| <u>-ЗАВТРАК-</u> | | | |
| 5/10/30 | Бутерброд с маслом, сыром Батон, Масло сливочное, Сыр | ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15 | |
| 150/5 | Каша кукурузная молочная жидкая с маслом Крупа кукурузная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное | ккал-189, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-28 | |
| 150/7 | Чай с молоком Чай, Сахар-песок, Молоко | ккал-83, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11 | |
| <u>-ВТОРОЙ ЗАВТРАК-</u> | | | |
| 100 | Сок фруктовый Сок фруктовый | ккал-68, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-16 | |
| <u>-ОБЕД-</u> | | | |
| 150/1 | Суп овощной на бульоне с укропом Капуста б/к, Картофель, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, Зеленый горошек, Зелень | ккал-52, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-7 | |
| 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 | |
| 130/30 | Каша пшеничная вязкая со свеклой отварной порционно Крупа пшеничная, Соль, Масло сливочное, Свекла | ккал-153, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-24 | |
| 150 | Напиток из шиповника Плоды шиповника, Сахар-песок | ккал-61, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-14 | |
| 30 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| 20 | Хлеб ржаной Хлеб ржаной | ккал-34, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-7 | |
| <u>-ПОЛДНИК-</u> | | | |
| 45 | Печенье "К кофе" Печенье "К кофе" | ккал-225, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35 | |
| 150 | Напиток клюквенный Школьный Клюква, Сахар-песок | ккал-46, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-11 | |
| <u>-УЖИН-</u> | | | |
| 160 | Запеканка из творога с морковью, с соусом мол. Творог, Крупа манная, Масло растительное, Молоко, Морковь, Сахар-песок, Сметана, Сухари панировочные, Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Мука, Сахар-песок | ккал-348, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-37 | |
| 30 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| 150/7 | Чай с сахаром Чай, Сахар-песок | ккал-28, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-7 | |
| 100 | Яблоки свежие нарезка Яблоки | ккал-44, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-10 | |

Итого за день: ккал-1779, Белки-52, Жиры-56, Углеводы-267

179

Калькулятор

Бригадир поваров

Жуков