

ОП Прошвенного района г.о. Самара"

Сот. Ласовану
4.0. [Signature]
[Stamp: Министерство внутренних дел, Самарская область, Самарский городской суд, № 319/2019, 09.09.2019]
[Signature: Ласовская Е.В.]
подпись [Signature] [Signature] [Signature]
г.о. Самара
Меню дневно

ВЕРХНЕ-ВОЛЖСКИЙ РАЙОННЫЙ СУД
Приморского края
Для документов
03.09.25

Меню дневного рациона 201 д/с на 03.09.25

Выход (г)	Наименование блюда	эн.цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
		-ЗАВТРАК-	
30/10	Бутерброд с маслом сливочным Масло сливочное, Хлеб пшеничный	ккал-145, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-16	
40	Яйцо вареное Яйцо	ккал-63, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-0	
200	Суп молочный с вермишелью Молоко, Лапша, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное	ккал-153, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-19	
180	Какао напиток с молоком Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	
		-ВТОРОЙ ЗАВТРАК-	
100	Напиток из апельсинов Апельсины, Сахар-песок	ккал-33, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-8	
		-ОБЕД-	
200/1	Суп картофельный с клецками на бульоне и укропом Картофель, Морковь, Лук репчатый, Соль, Масло растительное, Мука, Масло сливочное, Яйцо, Молоко, Зелень	ккал-92, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-12	
70	Колобки куриные с томатным соусом Лук репчатый, Крупа рисовая, Курица, Масло растительное, Соль, Мука, Масло растительное, Сметана, Мука, Соль	ккал-113, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-8	
150	Картофельное пюре с маслом, зеленым горошком Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль, Зеленый горошек	ккал-123, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-18	
180	Сок фруктовый Сок фруктовый	ккал-123, Белки-1, Углеводы-29	
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	Булочка Домашняя Мука, Сахар-песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30	
200	Молоко кипяченое Молоко	ккал-122, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-10	
		-УЖИН-	
85	Сосиска отварная с соусом Сосиски, Масло растительное, Мука, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Сахар-песок, Соль	ккал-121, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-2	
130	Капуста тушеная Капуста б/к, Лук репчатый, Масло растительное, Морковь, Мука, Сахар-песок, Соль, Томатная паста	ккал-98, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-12	
200	Чай с сахаром Чай, Сахар-песок	ккал-33, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-8	
40	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	

Итого за день: ккал-1817, Белки-56, Жиры-68, Углеводы-244

210

Калькулятор

Бригадир поваров