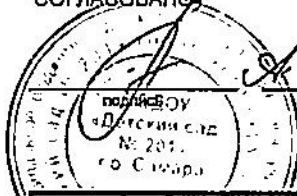


СОГЛАСОВАНО



*А.А. Шенбаев*  
расшифровка подписи



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

*Аверскин А.Ю.*  
расшифровка подписи

## Меню дневного рациона 201 д/с на 18.05.23

Выход (г)	Наименование блюда	эн.цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>-ЗАВТРАК-</b>			
5/30	<b>Бутерброд со сливочным маслом</b> Батон, Масло сливочное	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
200/5	<b>Каша молочная пшенная с маслом сл.</b> Молоко, Крупа пшено, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное	ккал-248, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-36	
180	<b>Кофейный напиток с молоком</b> Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко	ккал-97, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	
<b>-ВТОРОЙ ЗАВТРАК-</b>			
100	<b>Молоко кипячёное</b> Молоко	ккал-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5	
<b>-ОБЕД-</b>			
200/5/1	<b>Борщ из свеж ей капусты на бульоне со сметаной, укр</b> Свекла, Капуста б/к, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Соль, Томатная паста, Сахар-песок, Масло растительное, Сметана, Зелень	ккал-82, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11	
200	<b>Плов из мяса птицы</b> Курица, Крупа рисовая, Масло растительное, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Соль	ккал-395, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-40	
200	<b>Напиток клюквенный Ш кольный</b> Клюква, Сахар-песок	ккал-62, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-15	
40	<b>Хлеб пшеничный</b> Хлеб пшеничный	ккал-94, Белки-3, Жиры-0, Углеводы-20	
30	<b>Хлеб ржаной</b> Хлеб ржаной	ккал-51, Белки-2, Жиры-0, Углеводы-10	
<b>-ПОЛДНИК-</b>			
50	<b>Пряник</b> пряник	ккал-159, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-27	
200/11	<b>Чай (с сахаром)</b> Чай, Сахар-песок	ккал-45, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-11	
<b>-УЖИН-</b>			
70	<b>Оладьи из печени с соусом томатным</b> Печень говяжья, Масло сливочное, Хлеб пшеничный, Соль, Масло растительное, Мука, Масло сливочное, Томатная паста, Соль, Сахар-песок, Морковь, Лук репчатый	ккал-80, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-4	
150	<b>Картофельное пюре</b> Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль	ккал-137, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20	
200	<b>Кисель фруктово-ягодный</b> Сахар-песок, Кисель	ккал-121, Углеводы-30	
30	<b>Хлеб пшеничный</b> Хлеб пшеничный	ккал-70, Белки-2, Жиры-0, Углеводы-15	

Итого за день: ккал-1810, Белки-54, Жиры-54, Углеводы-276

179

Калькулятор

Бригадир поваров  
*А.А. Шенбаев*