СОГЛАСОВАНО
и.о. заведующего
подпись Ковалевская Е.В.
расшифровка подписи

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "КОП Промышленного района г.о. Самара"
подпись Аврискин А.Ю.
расшифровка подписи

Меню дневного рациона 201/1 д/с на 29.05.25 аллергики

Выход (г)	Наименование блюда	зн.цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	-ЗАВТРАК-		
200	**Каша пшённая ж идкая на воде с маслом раст.** Крупа пшено, Масло растительное, Соль, Сахар-песок	ккал-194, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-32	
180	**Чай (с сахаром)** Чай, Сахар-песок	ккал-45, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-11	
7	**Хлебцы хрустящие кукурузные** Хлебцы кукурузные	ккал-27, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-6	
50	**Яблоки свеж ие нарезка** Яблоки	ккал-22, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-5	
	-ВТОРОЙ ЗАВТРАК-		
100	**Напиток из шиповника** Плоды шиповника, Сахар-песок	ккал-42, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-10	
	-ОБЕД-		
200/1	**Борщ из свеж ей капусты с картофелем и чесноком** Свекла, Капуста б/к, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Соль, Томатная паста, Сахар-песок, Масло растительное, чеснок	ккал-69, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	
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	
200	**Напиток клюквенный Ш кольный** Клюква, Сахар-песок	ккал-62, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-15	
7	**Хлебцы хрустящие кукурузные** Хлебцы кукурузные	ккал-27, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-6	
	-ПОЛДНИК-		
7	**Хлебцы хрустящие кукурузные** Хлебцы кукурузные	ккал-27, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-6	
200	**Кисель из натурального сока** Сок фруктовый, Сахар-песок, Крахмал картофельный	ккал-132, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-33	
	-УЖИН-		
100	**Печень тушеная с овощами без томата** Печень говяжья, Морковь, Лук репчатый, Соль, Морковь	ккал-162, Белки-16, Жиры-8, Углеводы-7	
150	**Каша гречневая вязкая с маслом растительным** Крупа гречневая, Масло растительное, Соль	ккал-150, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-21	
200	**Напиток из лимонов** Лимон, Сахар-песок	ккал-61, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-15	
7	**Хлебцы хрустящие кукурузные** Хлебцы кукурузные	ккал-27, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-6	
	Итого за день:	ккал-1357, Белки-43, Жиры-33, Углеводы-222	210

Калькулятор _____

Бригадир поваров _____