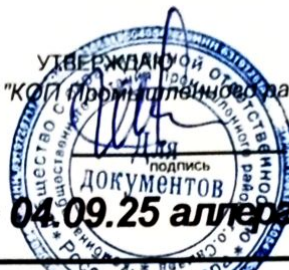




Директор ООО "КОП Промышленного района г.о. Самара"

Аврискин А.Ю.
расшифровка подписи



Меню дневного рациона 201 д/с на 04.09.25 аллергия

Выход (г)	Наименование блюда	эн.цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-ЗАВТРАК-			
200	Каша пшённая жидкая на воде с маслом раст.	ккал-194, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-32	
	Крупа пшено, Масло растительное, Соль, Сахар-песок		
180	Чай (с сахаром)	ккал-45, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-11	
	Чай, Сахар-песок		
7	Хлебцы хрустящие кукурузные	ккал-27, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-6	
	Хлебцы кукурузные		
50	Яблоки свежие нарезка	ккал-22, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-5	
	Яблоки		
-ВТОРОЙ ЗАВТРАК-			
100	Напиток из шиповника	ккал-42, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-10	
	Плоды шиповника, Сахар-песок		
-ОБЕД-			
200/1	Борщ из свежей капусты с картофелем и чесноком	ккал-69, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	
	Свекла, Капуста б/к, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Соль, Томатная паста, Сахар-песок, Масло растительное, чеснок		
200	Плов из птицы с кукурузой консервированной	ккал-310, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-39	
	Курица, Масло растительное, Морковь, Крупа рисовая, Соль, Лук репчатый, Томатная паста, Кукуруза		
200	Напиток клюквенный Школьный	ккал-62, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-15	
	Клюква, Сахар-песок		
7	Хлебцы хрустящие кукурузные	ккал-27, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-6	
	Хлебцы кукурузные		
-ПОЛДНИК-			
7	Хлебцы хрустящие кукурузные	ккал-27, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-6	
	Хлебцы кукурузные		
200	Кисель из натурального сока	ккал-132, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-33	
	Сок фруктовый, Сахар-песок, Крахмал картофельный		
-УЖИН-			
100	Печень тушеная с овощами без томата	ккал-162, Белки-16, Жиры-8, Углеводы-7	
	Печень говяжья, Морковь, Лук репчатый, Соль, Морковь		
150	Каша гречневая вязкая с маслом растительным	ккал-150, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-21	
	Крупа гречневая, Масло растительное, Соль		
200	Напиток из лимонов	ккал-61, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-15	
	Лимон, Сахар-песок		
7	Хлебцы хрустящие кукурузные	ккал-27, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-6	
	Хлебцы кукурузные		

Итого за день: ккал-1357, Белки-43, Жиры-33, Углеводы-222

210

Калькулятор

Бригадир поваров