

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

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

Авдускин А.Ю.

расшифровка подписи



Меню дневного рациона 201 д/с на 02.09.25

Выход (г)	Наименование блюда	эн.цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мкг)	Стоимость питания (руб)
-ЗАВТРАК-			
10/10/30	Бутерброд с сыром и сливочным маслом Масло сливочное, Сыр, Хлеб пшеничный	ккал-179, Белки-5, Жиры-11, Углеводы-16	
130/20	Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком Крупа рисовая, Изюм, Творог, Яйцо, Сахар-песок, Масло сливочное, Сухари панировочные, Сметана, Сгущенное молоко	ккал-331, Белки-9, Жиры-5, Углеводы-55	
200	Чай с молоком Чай, Сахар-песок, Молоко	ккал-93, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13	
-ВТОРОЙ ЗАВТРАК-			
100	Яблоки свеж ие нарезка Яблоки	ккал-44, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-10	
-ОБЕД-			
200/1	Суп полевой, зелень Картофель, Морковь, Лук репчатый, Соль, Крупа пшено, Зелень, Масло растительное	ккал-92, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-16	
70	Зразы " Ленивые " из говядины с яйцом .с соусом том Мясо говядины, Хлеб пшеничный, Яйцо, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, Сухари панировочные, Мука, Морковь, Томатная паста, Сахар-песок	ккал-98, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-5	
130	Рагу из овощей Морковь, Лук репчатый, Капуста б/к, Масло растительное, Мука, Томатная паста, Сахар-песок, Соль, Картофель	ккал-112, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13	
180	Компот из сухофруктов Сухофрукты, Сахар-песок	ккал-68, Белки-0, Углеводы-17	
20	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
20	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	ккал-42, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-7	
-ПОЛДНИК-			
50	Сушки сушки	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	
200	Молоко кипяченое Молоко	ккал-122, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-10	
-УЖИН-			
70	Шницель из птицы с томатным соусом Курица, Хлеб пшеничный, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное, Мука, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Сахар-песок	ккал-108, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-7	
160	Каша гречневая вязкая с маслом и икрой кабачковой Крупа гречневая, Масло сливочное, Соль, Икра кабачковая	ккал-162, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-20	
200	Чай со смородиной Чай, Сахар-песок, Черная смородина	ккал-39, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-10	
20	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	

Итого за день ккал-1889, Белки-52, Жиры-70, Углеводы-256

210

Калькулятор

Бригадир поваров

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "КОП Промышленности питания г.о. Самара"

Харискин А.Ю.

орган, оформляющий подписи

Меню дневного рациона 201 д/с на 02.09.25 аллергии

Выход (г)	Наименование блюда	эн.цен. (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-ЗАВТРАК-			
50	Бутерброд с повидлом Батон, Повидло	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
30	Салат из моркови с сахаром. Морковь, Сахар-песок	ккал-15, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-3	
150	Каша рисовая жидкая на воде с маслом раст Крупа рисовая, Сахар-песок, Соль, Масло растительное	ккал-95, Белки-2, Жиры-0, Углеводы-22	
180/10	Чай с сахаром Чай, Сахар-песок	ккал-29, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-7	
-ВТОРОЙ ЗАВТРАК-			
100	Сок фруктовый Сок фруктовый	ккал-68, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-16	
-ОБЕД-			
200/1	Суп полевой, зелень Картофель, Морковь, Лук репчатый, Соль, Крупа пшено, Зелень, Масло растительное	ккал-92, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-16	
200/20	Птица тушеная с овощами с соусом Курица, Масло растительное, Мука, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Соль, Сахар-песок, Картофель, Зеленый горошек, Огурцы	ккал-200, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-17	
180	Компот из сухофруктов Сухофрукты, Сахар-песок	ккал-101, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-25	
20	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
20	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	ккал-42, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-7	
-ПОЛДНИК-			
7	Хлебцы хрустящие кукурузные Хлебцы кукурузные	ккал-27, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-6	
200	Напиток клюквенный Ш кольный Клюква, Сахар-песок	ккал-62, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-15	
-УЖИН-			
50	Кабачковая икра Икра кабачковая	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	
150	Макароны отварные с растительным маслом Макароны, Соль, Масло растительное	ккал-203, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-34	
20	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
180/10/7	Чай с лимоном и сахаром Чай, Сахар-песок, Лимон	ккал-41, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-10	
Итого за день:		ккал-1319, Белки-33, Жиры-27, Углеводы-235	210

Калькулятор

Бригадир поваров

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДЕНО
Директор ООО "КОП Промышленного района г.о. Самара"подпись: *Ивановская Е.В.*
расшифровка подписиАверкин А.Ю.
расшифровка подписи**Меню дневного рациона 201 д/с на 02.09.25 аллергия**

Выход (г)	Наименование блюда	эн.цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-ЗАВТРАК-			
30	Салат из моркови с сахаром. Морковь, Сахар-песок	ккал-15, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-3	
150	Каша рисовая жидкая на воде с маслом раст Крупа рисовая, Сахар-песок, Соль, Масло растительное	ккал-95, Белки-2, Жиры-0, Углеводы-22	
180/10	Чай с сахаром Чай, Сахар-песок	ккал-29, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-7	
7	Хлебцы хрустящие кукурузные Хлебцы кукурузные	ккал-27, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-6	
-ВТОРОЙ ЗАВТРАК-			
100	Сок фруктовый Сок фруктовый	ккал-68, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-16	
-ОБЕД-			
200/1	Суп полевой, зелень Картофель, Морковь, Лук репчатый, Соль, Крупа пшено, Зелень, Масло растительное	ккал-92, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-16	
200/20	Птица тушеная с овощами с соусом Курица, Масло растительное, Мука, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Соль, Сахар-песок, Картофель, Зеленый горошек, Огурцы	ккал-200, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-17	
180	Компот из сухофруктов Сухофрукты, Сахар-песок	ккал-101, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-25	
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	
150	Напиток клюквенный Ш кольный Клюква, Сахар-песок	ккал-46, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-11	
-УЖИН-			
50	Кабачковая икра Икра кабачковая	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	
150	Каша гречневая рассыпчатая с маслом растительным Крупа гречневая, Масло растительное, Соль	ккал-224, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-34	
180/10/7	Чай с лимоном и сахаром Чай, Сахар-песок, Лимон	ккал-41, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-10	
7	Хлебцы хрустящие кукурузные Хлебцы кукурузные	ккал-27, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-6	

Итого за день: ккал-1078, Белки-29, Жиры-23, Углеводы-189**210**

Калькулятор

Бригадир поваров