СОГЛАСОВАНО

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 201» г.о. Самара

подпись расшифровка подписи

УТВЕРЖДАЮ

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

Аврискин А.Ю.

подпись расшифровка подписи

Меню дневного рациона 201/1 д/с на 05.03.25

Выход (г)	Наименование блюда	эн.цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	-ЗАВТРАК-		
30/5/10	**Бутерброд с маслом сл.и сыром** Хлеб пшеничный, Масло сливочное, Сыр	ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15	
150	**Суп молочный с гречневой крупой** Молоко, Крупа гречневая, Сахар-песок, Масло сливочное, Соль	ккал-112, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-13	
180	**Какао напиток с молоком** Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	
	-ВТОРОЙ ЗАВТРАК-		
100	**Яблоко свеж ее (нарезка)** Яблоки	ккал-44, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-10	
	-ОБЕД-		
150/1	**Суп картофельный с клецками. зелень** Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, Зелень, Мука, Яйцо, Масло сливочное, Молоко	ккал-70, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-9	
70	**Колобки куриные с соусом сметанным** Лук репчатый, Крупа рисовая, Курица, Масло растительное, Соль, Мука, Масло растительное, Сметана, Мука, Соль	ккал-122, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-7	
150	**Каша пшеничная вязкая,зелёный горошек консервиров.** Крупа пшеничная, Соль, Масло сливочное, Зеленый горошек	ккал-147, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23	
180	**Напиток фруктовый.** компотная смесь, Сахар-песок	ккал-61, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-15	
20	**Хлеб пшеничный** Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
20	**Хлеб рж аной** Хлеб ржаной	ккал-42, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-7	
	-ПОЛДНИК-		
50	**Булочка Домашняя** Мука, Сахар-песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30	
200	**Напиток из вишни** Вишня, Сахар-песок	ккал-73, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-17	
	-УЖИН-		
85	**Сосиска отварная с соусом** Сосиски, Масло растительное, Мука, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Сахар-песок, Соль	ккал-131, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-2	
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	
180/10	**Чай с сахаром** Чай, Сахар-песок	ккал-40, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-10	
20	**Хлеб пшеничный** Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
	Итого за день:	ккал-1539, Белки-43, Жиры-57, Углеводы-210	179

Калькулятор _____

Бригадир поваров _____