СОГЛАСОВАНО

подпись расшифровка подписи

УТВЕРЖДАЮ

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

подпись Аврискин А.Ю. расшифровка подписи

Меню дневного рациона 80 школа на 16.11.26

Выход (г)	Наименование блюда	эн.цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	-ЗАВТРАК-		
10/20	***бутерброд с маслом сливочным*** Хлеб пшеничный, Масло сливочное	**ккал-102, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10**	
200/5	***Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным*** Крупа манная, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Соль	**ккал-216, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-31**	
180	***Чай с молоком*** Чай, Молоко, Сахар-песок	**ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12**	
	-ВТОРОЙ ЗАВТРАК-		
100	***Молоко кипячёное*** Молоко	**ккал-57, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-5**	
	-ОБЕД-		
200/5/1	***Суп овощной со сметаной , зеленью*** Капуста б/к, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Зеленый горошек, Масло растительное, Соль, Сметана, Зелень	**ккал-75, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-9**	
200	***Плов из птицы с огурцом консервированным*** Курица, Масло растительное, Морковь, Крупа рисовая, Соль, Лук репчатый, Томатная паста, Огурцы соленые	**ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38**	
180	***Компот из сухофруктов*** Сухофрукты, Сахар-песок	**ккал-68, Белки-0, Углеводы-17**	
30	***Хлеб пшеничный*** Хлеб пшеничный	**ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18**	
20	***Хлеб ржаной*** Хлеб ржаной	**ккал-42, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-7**	
	-УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК-		
70	***Суфле рыбное*** Рыба (минтай), Яйцо, Соль, Молоко, Масло сливочное, Мука, Масло растительное	**ккал-101, Белки-11, Жиры-4, Углеводы-5**	
150	***Картофельное пюре*** Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль	**ккал-114, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14**	
200	***Кисель из клюквы (фруктово-ягодный)*** Сахар-песок, Крахмал картофельный, Клюква	**ккал-121, Жиры-0, Углеводы-30**	
30	***Хлеб пшеничный*** Хлеб пшеничный	**ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18**	
50	***Печенье "Топленое молоко"*** печенье	**ккал-250, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-38**	
	Итого за день: ккал-1711, Белки-56, Жиры-52, Углеводы-252		***210***

Калькулятор _____

Бригадир поваров _____