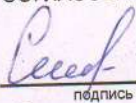



СОГЛАСОВАНО



подпись



расшифровка подписи

УТВЕРЖДАЮ

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

подпись

 Аврискин А.Ю.
расшифровка подписи

Меню дневного рациона 80 школа на 03.04.26 аллергики

| Выход (г) | Наименование блюда | эн.цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| <u>-ЗАВТРАК-</u> | | | |
| 50 | Бутерброд с повидлом Хлеб пшеничный, Повидло | ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28 | |
| 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 | Чай (с сахаром) Чай, Сахар-песок | ккал-45, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-11 | |
| <u>-ВТОРОЙ ЗАВТРАК-</u> | | | |
| 100 | Сок фруктовый Сок фруктовый | ккал-68, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-16 | |
| <u>-ОБЕД-</u> | | | |
| 200/1 | Рассольник Ленинградский с рисом и зеленью Морковь, Картофель, Крупа рисовая, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Соль, Зелень | ккал-89, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-17 | |
| 40 | Биточки "Детские" (для диет) Лук репчатый, Масло растительное, Курица, Мясо говядины, Соль | ккал-120, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7 | |
| 150 | Каша гречневая вязкая с маслом растительным Крупа гречневая, Масло растительное, Соль | ккал-150, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-21 | |
| 180 | Компот из изюма Изюм, Сахар-песок | ккал-102, 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 | |
| <u>-УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК-</u> | | | |
| 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 | |
| 200 | Напиток фруктовый компотная смесь, Сахар-песок | ккал-73, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-17 | |
| 30 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18 | |
| 50 | Бутерброд с повидлом Хлеб пшеничный, Повидло | ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28 | |
| | | Итого за день: ккал-1525, Белки-35, Жиры-35, Углеводы-267 | 290000 |

Калькулятор

 Бригадир поваров
 