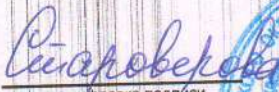





подпись



расшифровка подписи

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

подпись


Аврискин А.Ю.
расшифровка подписи**Меню дневного рациона 80 школа на 03.06.26 ясли**

| Выход (г) | Наименование блюда | эн.цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-----------|---|--|-------------------------|
| | | <u>-ЗАВТРАК-</u> | |
| 30/5/10 | Бутерброд с маслом сливочным и сыром Хлеб пшеничный, Масло сливочное, Сыр | ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15 | |
| 45 | Икра морковная Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Сахар-песок, Соль, Томатная паста | ккал-40, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4 | |
| 105 | Омлет натуральный с маслом Яйцо, Молоко, Соль, Масло сливочное | ккал-167, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-2 | |
| 180 | Чай с молоком Чай, Молоко, Сахар-песок | ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12 | |
| | | <u>-ВТОРОЙ ЗАВТРАК-</u> | |
| 100 | Напиток из апельсинов Апельсины, Сахар-песок | ккал-52, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-13 | |
| | | <u>-ОБЕД-</u> | |
| 150/5/1 | Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной зелень Свекла, Капуста б/к, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Сахар-песок, Томатная паста, Соль, Зелень, Сметана, Масло растительное | ккал-64, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-8 | |
| 70 | Тефтели мясные, соус томатный Крупа рисовая, Лук репчатый, Масло растительное, Мясо говядины, Мука, Соль, Морковь, Томатная паста, Сахар-песок | ккал-127, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-9 | |
| 150 | Гороховое пюре с огурцом консервированным Крупа горох, Масло сливочное, Соль, Огурцы соленые | ккал-201, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-28 | |
| 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> | |
| 80 | Рыба тушёная с овощами Рыба (минтай), Морковь, Томатная паста, Лук репчатый, Масло растительное, Соль | ккал-106, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-2 | |
| 130 | Рис отварной Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль | ккал-182, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-32 | |
| 50 | Ватрушка с повидлом Мука, Сахар-песок, Масло растительное, Яйцо, Соль, Дрожжи, Повидло, Мука, Яйцо, Масло растительное | ккал-160, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-32 | |
| 180 | Чай с сахаром Чай, Сахар-песок | ккал-29, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-7 | |
| 20 | Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный | ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12 | |
| | Итого за день: | ккал-1623, Белки-62, Жиры-54, Углеводы-220 | 210 |

Калькулятор

Бригадир поваров