


подпись
расшифровка подписи

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

Для
подписиАврискин А.Ю.
расшифровка подписи**Меню дневного рациона 80 школа на 05.05.26 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	
200	Каша пшеничная жидкая на воде с маслом раст. Крупа пшеничная, Сахар-песок, Соль, Масло растительное	ккал-154, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-31	
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	Суп полевой, зелень Картофель, Морковь, Лук репчатый, Соль, Крупа пшено, Зелень, Масло растительное	ккал-92, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-16	
70	Котлеты куриные рубленые с томатным соусом Курица, Хлеб пшеничный, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное, Масло сливочное, Мука, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Сахар-песок, Соль	ккал-120, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-7	
150	Рагу из овощей Морковь, Лук репчатый, Капуста б/к, Картофель, Масло растительное, Соль	ккал-156, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-14	
200	Напиток из апельсинов Апельсины, Сахар-песок	ккал-67, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-17	
30	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
30	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	ккал-67, Белки-2, Жиры-0, Углеводы-14	
<u>-УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК-</u>			
50	Филе куриное отварное Филе куриное, Морковь, Соль	ккал-68, Белки-15, Жиры-1, Углеводы-0	
150	Вермишель отварная с маслом растительным Лепша, Соль, Масло растительное	ккал-203, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-34	
20	Хлеб пшеничный Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
200/11/7	Чай с лимоном с сахаром Чай, Сахар-песок, Лимон	ккал-46, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-11	
50	Сушки сушки	ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34	
50	Яблоки свежие нарезка Яблоки	ккал-22, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-5	

Итого за день: ккал-1700, Белки-49, Жиры-47, Углеводы-270**210**

Калькулятор

Бригадир поваров