

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 06.03.26 аллергия

Выход (г)	Наименование блюда	эн.цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>-ЗАВТРАК-</b>			
5/30	<b>Бутерброд с маслом сливочным</b> Масло сливочное, Хлеб пшеничный	ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15	
150/5	<b>Каша рисовая жидкая на воде с маслом сл.</b> Крупа рисовая, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное	ккал-128, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-22	
180	<b>Чай со смородиной</b> Чай, Сахар-песок, Черная смородина	ккал-35, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-9	
<b>-ВТОРОЙ ЗАВТРАК-</b>			
100	<b>Сок фруктовый</b> Сок фруктовый	ккал-68, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-16	
<b>-ОБЕД-</b>			
200/1	<b>Рассольник Ленинградский с зеленью</b> Морковь, Картофель, Крупа перловая, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Соль, Зелень	ккал-99, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-16	
70	<b>Биточки "Детские" с соусом томатным</b> Масло растительное, Мука, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Сахар-песок, Соль, Курица, Мясо говядины, Хлеб пшеничный	ккал-120, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7	
145	<b>Гороховое пюре, салат из лука репчатого</b> Крупа горох, Соль, Масло сливочное, Лук репчатый, Масло растительное	ккал-213, Белки-14, Жиры-5, Углеводы-28	
180	<b>Компот из изюма</b> Изюм, Сахар-песок	ккал-102, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-25	
20	<b>Хлеб пшеничный</b> Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
20	<b>Хлеб ржаной</b> Хлеб ржаной	ккал-42, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-7	
<b>-УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК-</b>			
50	<b>Кабачковая икра</b> Икра кабачковая	ккал-59, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4	
165	<b>Макароньы отварные с сыром, с маслом сливочным.</b> Макароньы, Соль, Масло сливочное, Сыр	ккал-237, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-35	
200	<b>Напиток клюквенный Ш кольный</b> Клюква, Сахар-песок	ккал-62, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-15	
40	<b>Хлеб пшеничный</b> Хлеб пшеничный	ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24	
50	<b>Бутерброд с повидлом</b> Хлеб пшеничный, Повидло	ккал-164, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-28	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1622, Белки-47, Жиры-41, Углеводы-265	<b>210</b>

Калькулятор


 Бригадир поваров