

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО "КОП Промышленного района г.о. Самара"Аверскин А.Ю.  
расшифровка подписи

подпись

расшифровка подписи

подпись

**Меню дневного рациона 80 школа на 18.02.26 ясли**

Выход (г)	Наименование блюда	эн.цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>-ЗАВТРАК-</b>			
5/20	<b>Бутерброд с маслом сливочным..</b> Хлеб пшеничный, Масло сливочное	ккал-85, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-10	
40	<b>Яйцо вареное</b> Яйцо	ккал-63, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-0	
150	<b>Суп молочный с вермишелью</b> Молоко, Масло сливочное, Лапша, Сахар-песок, Соль	ккал-115, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-14	
180	<b>Какао напиток с молоком</b> Какао-порошок, Сахар-песок, Молоко	ккал-112, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	
<b>-ВТОРОЙ ЗАВТРАК-</b>			
100	<b>Напиток из апельсинов</b> Апельсины, Сахар-песок	ккал-33, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-8	
<b>-ОБЕД-</b>			
150/1	<b>Суп картофельный с клецками. зелень</b> Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, Зелень, Мука, Яйцо, Масло сливочное, Молоко	ккал-70, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-9	
70	<b>Колобки куриные с томатным соусом</b> Лук репчатый, Крупа рисовая, Курица, Масло растительное, Соль, Мука, Масло растительное, Сметана, Мука, Соль	ккал-113, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-8	
150	<b>Картофельное пюре с маслом, зелёный горошек</b> Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль, Зеленый горошек	ккал-123, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-18	
180	<b>Сок фруктовый</b> Сок фруктовый	ккал-123, Белки-1, Углеводы-29	
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>Булочка Домашняя</b> Мука, Сахар-песок, Масло растительное, Соль, Дрожжи, Яйцо	ккал-207, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-30	
200	<b>Плов из птицы, капуста квашеная</b> Курица, Масло растительное, Морковь, Крупа рисовая, Соль, Лук репчатый, Томатная паста, капуста квашеная, Сахар-песок	ккал-337, Белки-12, Жиры-16, Углеводы-37	
180	<b>Чай (с сахаром)</b> Чай, Сахар-песок	ккал-45, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-11	
20	<b>Хлеб пшеничный</b> Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
<b>Итого за день:</b>		ккал-1590, Белки-47, Жиры-56, Углеводы-221	<b>210</b>

Калькулятор

Бригадир поваров