СОГЛАСОВАНО

Сем- Сетаровфова О.А.

подпись расшифровка подписи

УТВЕРЖДАЮ

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

подпись Аврискин А.Ю.

расшифровка подписи

Меню дневного рациона 80 школа на 21.11.25 аллергики

Выход (г)	Наименование блюда	эн.цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
		-ЗАВТРАК-	
5/30	***Бутерброд с маслом сливочным*** Масло сливочное, Хлеб пшеничный	**ккал-112, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-15**	
200	***Каша Дружба жидкая на воде с маслом раст.*** Крупа пшено, Крупа рисовая, Сахар-песок, Соль, Масло растительное	**ккал-175, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-29**	
180	***Чай с сахаром*** Чай, Сахар-песок	**ккал-29, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-7**	
		-ВТОРОЙ ЗАВТРАК-	
100	***Сок фруктовый*** Сок фруктовый	**ккал-68, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-16**	
		-ОБЕД-	
200/5/1/1	***Щи из св. капусты с картофелем со смет.,зел,чесн.*** Капуста б/к, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, Томатная паста, Зелень, Сметана, чеснок	**ккал-62, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-8**	
70	***Гуляш из филе птицы*** Филе куриное, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Мука, Соль, Томатная паста	**ккал-87, Белки-13, Жиры-3, Углеводы-2**	
150	***Каша перловая,кукуруза консервированная*** Крупа перловая, Масло сливочное, Соль, Кукуруза	**ккал-167, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-29**	
180	***Компот из изюма*** Изюм, Сахар-песок	**ккал-102, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-25**	
40	***Хлеб пшеничный*** Хлеб пшеничный	**ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24**	
40	***Хлеб ржаной*** Хлеб ржаной	**ккал-89, Белки-3, Жиры-0, Углеводы-19**	
		-УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК-	
70	***Биточки " Детские" с сусом томатным*** Масло растительное, Мука, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Сахар-песок, Соль, Курица, Мясо говядины, Хлеб пшеничный	**ккал-120, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7**	
150	***Макаронные изделия отварные*** Макароны, Масло сливочное, Соль	**ккал-198, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-34**	
180/6	***Чай с сахаром и яблоками*** Чай, Сахар-песок, Яблоки	**ккал-32, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-7**	
7	***Хлебцы хрустящие кукурузные*** Хлебцы кукурузные	**ккал-27, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-6**	
40	***Хлеб пшеничный*** Хлеб пшеничный	**ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24**	
	Итого за день:	ккал-1510, Белки-49, Жиры-33, Углеводы-253	***210***

Калькулятор _____ Бригадир поваров _____