

СОГЛАСОВАНО



подпись



расшифровка подписи

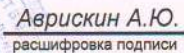


УТВЕРЖДАЮ

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



подпись



расшифровка подписи


## Меню дневного рациона 80 школа на 23.03.26 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	
150/5	<b>Каша молочная манная жидкая с маслом</b> Крупа манная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное	ккал-163, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-23	
180	<b>Чай с молоком</b> Чай, Молоко, Сахар-песок	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	
<b>-ВТОРОЙ ЗАВТРАК-</b>			
100	<b>Напиток фруктовый</b> компотная смесь, Сахар-песок	ккал-33, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-8	
<b>-ОБЕД-</b>			
150/1	<b>Суп овощной на бульоне с укропом</b> Капуста б/к, Картофель, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, Зеленый горошек, Зелень	ккал-52, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-7	
200	<b>Плов из птицы с огурцом консервированным</b> Курица, Масло растительное, Морковь, Крупа рисовая, Соль, Лук репчатый, Томатная паста, Огурцы соленные	ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38	
180	<b>Компот из сухофруктов</b> Сухофрукты, Сахар-песок	ккал-68, Белки-0, Углеводы-17	
30	<b>Хлеб пшеничный</b> Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
20	<b>Хлеб ржаной</b> Хлеб ржаной	ккал-42, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-7	
<b>-УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК-</b>			
70	<b>Суфле рыбное</b> Рыба (минтай), Яйцо, Соль, Молоко, Масло сливочное, Мука, Масло растительное	ккал-101, Белки-11, Жиры-4, Углеводы-5	
150	<b>Картофельное пюре</b> Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль	ккал-114, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14	
200	<b>Кисель из клюквы (фруктово-ягодный)</b> Сахар-песок, Крахмал картофельный, Клюква	ккал-112, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-28	
20	<b>Хлеб пшеничный</b> Хлеб пшеничный	ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	
50	<b>Печенье "Топленое молоко"</b> печенье	ккал-225, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-35	

Итого за день: ккал-1594, Белки-53, Жиры-49, Углеводы-233

210

Калькулятор



Бригадир поваров