СОГЛАСОВАНО Заведующий

подпись расшифровка подписи

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

подпись Аврискин А.Ю.
расшифровка подписи

Меню дневного рациона 303 д/с на 02.06.25

Выход (г)	Наименование блюда	эн.цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	-ЗАВТРАК-		
10/20	**бутерброд с маслом сливочным** Хлеб пшеничный, Масло сливочное	ккал-102, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-10	
40	**Яйцо вареное** Яйцо	ккал-63, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-0	
150/5	**Каша молочная манная ж идкая с маслом** Крупа манная, Молоко, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное	ккал-163, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-23	
180	**Чай с молоком** Чай, Молоко, Сахар-песок	ккал-84, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12	
	-ВТОРОЙ ЗАВТРАК-		
100	**Напиток из чёрной смородины** Черная смородина, Сахар-песок	ккал-43, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-11	
	-ОБЕД-		
12,5/200/1	**Суп картофельный с вермишелью с курицей,зелень** Курица, Лук репчатый, Масло растительное, Картофель, Морковь, Зелень, Макароны, Соль	ккал-132, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-18	
200	**Плов из птицы с огурцом консервированным** Курица, Масло растительное, Морковь, Крупа рисовая, Соль, Лук репчатый, Томатная паста, Огурцы соленые	ккал-301, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-38	
180	**Компот из сухофруктов** Сухофрукты, Сахар-песок	ккал-68, Белки-0, Углеводы-17	
30	**Хлеб пшеничный** Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
20	**Хлеб ржаной** Хлеб ржаной	ккал-42, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-7	
	-УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК-		
70	**Суфле рыбное** Рыба (минтай), Яйцо, Соль, Молоко, Масло сливочное, Мука, Масло растительное	ккал-101, Белки-11, Жиры-4, Углеводы-5	
150	**Картофельное пюре** Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль	ккал-114, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-14	
200	**Кисель из натурального сока** Сок фруктовый, Сахар-песок, Крахмал картофельный	ккал-132, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-33	
30	**Хлеб пшеничный** Хлеб пшеничный	ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18	
50	**Печенье "К кофе"** Печенье "К кофе"	ккал-250, Белки-4, Жиры-9, Углеводы-38	
	Итого за день:	ккал-1776, Белки-58, Жиры-54, Углеводы-261	210

Калькулятор _____

Бригадир поваров _____