



расшифровка подписи

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "КОП Промышленного района г. Самара"подпись
расшифровка подписи

Меню дневного рациона 303 д/с на 11.11.25

Выход (г)	Наименование блюда	Стоимость питания (руб)
--------------	--------------------	-------------------------------

30/5/10 **Бутерброд с маслом сл.и сыром**

Хлеб пшеничный, Масло сливочное, Сыр

130/20 **Запеканка рисовая с творогом со сгущенным
молоком**

Крупа рисовая, Изюм, Творог, Яйцо, Сахар-песок, Масло сливочное, Сухари панировочные, Сметана, Сгущенное молоко

200 **Чай с молоком**

Чай, Сахар-песок, Молоко

-ЗАВТРАК-

ккал-146, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-15

100 **Яблоки свежие нарезка**

Яблоки

ккал-44, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-10

-ОБЕД-200/1 **Суп полевой, зелень**

Картофель, Морковь, Лук репчатый, Соль, Крупа пшено, Зелень, Масло растительное

70 **Зразы "Ленивые" из говядины с яйцом .с
соусом том**

Мясо говядины, Хлеб пшеничный, Яйцо, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, Сухари панировочные, Мука, Морковь, Томатная паста, Сахар-песок

130 **Rагу из овощей**

Морковь, Лук репчатый, Капуста б/к, Масло растительное, Мука, Томатная паста, Сахар-песок, Соль, Картофель

180 **Компот из сухофруктов**

Сухофрукты, Сахар-песок

20 **Хлеб пшеничный**

Хлеб пшеничный

20 **Хлеб ржаной**

Хлеб ржаной

ккал-112, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13

ккал-68, Белки-0, Углеводы-17

ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12

ккал-42, Белки-1, Жиры-0, Углеводы-7

-УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК-50 **Сушки**

сушки

ккал-278, Белки-3, Жиры-14, Углеводы-34

70 **Шницель из птицы с томатным соусом**

Курица, Хлеб пшеничный, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное, Мука, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Сахар-песок

160 **Каша гречневая вязкая с маслом и икрой
кабачковой**

Крупа гречневая, Масло сливочное, Соль, Икра кабачковая

ккал-162, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-20

200 **Чай со смородиной**

Чай, Сахар-песок, Черная смородина

ккал-39, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-10

20 **Хлеб пшеничный**

Хлеб пшеничный

ккал-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12

Калькулятор

Итого за день: ккал-1734, Белки-46, Жиры-59, Углеводы-246

210

Бригадир поваров