



расшифровка подписи

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

подпись *А.Ю. Абрискин* расшифровка подписи

Меню дневного рациона 303 д/с на 13.11.25

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
200/5 **Каша молочная пшененная с маслом сл.**
Молоко, Крупа пшено, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
180 **Чай с молоком**
Чай, Сахар-песок, Молоко

-ВТОРОЙ ЗАВТРАК-

- 100 **Напиток кисломолочный Снежок**
Снежок

-ОБЕД-

- 200/5/1 **Борщ из свежей капусты на со сметаной, укр**
Свекла, Капуста б/к, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Соль, Томатная паста, Сахар-песок, Масло растительное, Сметана, Зелень
200 **Птица тушеная с овощами с огурцом консервированным**
Курица, Сметана, Мука, Соль, Масло растительное, Лук репчатый, Томатная паста, Картофель, Морковь, Зеленый горошек, Огурцы соленые
180 **Напиток апельсиновый**
Апельсины, Сахар-песок
40 **Хлеб пшеничный**
Хлеб пшеничный
30 **Хлеб ржаной**
Хлеб ржаной

-УПЛОТИНЕННЫЙ ПОЛДНИК-

- 50 **Булочка "Плетенка"**
Мука, Яйцо, Сахар-песок, Масло растительное, Дрожжи, Молоко, Соль, Яйцо, Сахар-песок, Масло растительное
50 **Икра морковная**
Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Масло растительное, Сахар-песок, Соль
70 **Гуляши из филе отварной птицы**
Филе куриное, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Мука, Соль, Томатная паста
150 **Каша перловая рассыпчатая**
Крупа перловая, Соль, Масло сливочное
200/10 **Чай с сахаром с лимоном**
Чай, Сахар-песок, Лимон
30 **Хлеб пшеничный**
Хлеб пшеничный

Итого за день: ккал-1646, Белки-59, Жиры-88, Углеводы-246

210

Калькулятор

Бригадир поваров

