



СОГЛАСОВАНО

расшифровка подписи

УТВЕРЖДАЮ

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



Аврискин А.Ю.

расшифровка подписи

Меню дневного рациона 303 д/с на 27.11.25

Выход (г)	Наименование блюда	Стоймость 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 свеклы капусты на со сметаной, укр** ккал-82, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-11
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** ккал-224, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-19
Курица, Сметана, Мука, Соль, Масло растительное, Лук репчатый, Томатная паста, Картофель, Морковь, Зеленый горошек, Огурцы соленые
- 180 **Напиток апельсиновый** ккал-60, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-15
Апельсины, Сахар-песок
- 40 **Хлеб пшеничный** ккал-121, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24
Хлеб пшеничный
- 30 **Хлеб ржаной** ккал-67, Белки-2, Жиры-0, Углеводы-14
Хлеб ржаной

-УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК-

- 50 **Булочка "Плетенка"** ккал-175, Белки-4, Жиры-46, Углеводы-29
Мука, Яйцо, Сахар-песок, Масло растительное, Дрожжи, Молоко, Соль, Яйцо, Сахар-песок, Масло растительное
- 50 **Икра морковная** ккал-42, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-5
Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Масло растительное, Сахар-песок, Соль
- 70 **Гуляши из филе отварной птицы** ккал-81, Белки-10, Жиры-3, Углеводы-3
Филе куриное, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Мука, Соль, Томатная паста
- 150 **Каша перловая рассыпчатая** ккал-183, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-32
Крупа перловая, Соль, Масло сливочное
- 200/10 **Чай с сахаром с лимоном** ккал-34, Белки-0, Жиры-0, Углеводы-8
Чай, Сахар-песок, Лимон
- 30 **Хлеб пшеничный** ккал-91, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-18
Хлеб пшеничный

Итого за день: ккал-1646, Белки-59, Жиры-88, Углеводы-246**210**

Калькулятор

Бригадир поваров

