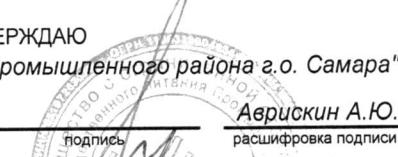




УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "КОП Промышленного района г.о. Самара"



Меню дневного рациона 303 д/с на 13.01.26

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

-ЗАВТРАК-

- 30/5/10 **Бутерброд с маслом сл.и сыром**
Хлеб пшеничный, Масло сливочное, Сыр
- 200 **Суп молочный с вермишелью**
Молоко, Лапша, Сахар-песок, Соль, Масло сливочное
- 180 **Чай со смородиной**
Чай, Сахар-песок, Черная смородина

-ВТОРОЙ ЗАВТРАК-

- 100 **Сок фруктовый**
Сок фруктовый
- 50 **Салат из свеклы отварной**
Свекла, Масло растительное
- 200/5/1 **Суп овощной на бульоне со сметаной и укропом**
Капуста б/к, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Зеленый горошек, Масло растительное, Соль, Сметана, Зелень
- 70 **Котлеты куриные рубленые с томатным соусом**
Курица, Хлеб пшеничный, Соль, Сухари панировочные, Масло растительное, Масло сливочное, Мука, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Сахар-песок, Соль
- 150 **Каша гречневая вязкая с маслом сливочным**
Крупа гречневая, Масло сливочное, Соль
- 180 **Напиток апельсиновый**
Апельсины, Сахар-песок
- 20 **Хлеб пшеничный**
Хлеб пшеничный
- 30 **Хлеб ржаной**
Хлеб ржаной

-УПЛОТНЕНИЙ ПОЛДНИК-

- 50 **Сушки**
сушки
- 160 **Запеканка из творога с морковью, с соусом мол.**
Творог, Крупа манная, Масло растительное, Молоко, Морковь, Сахар-песок, Сметана, Сухари панировочные, Яйцо, Молоко, Масло сливочное, Мука, Сахар-песок
- 200/10 **Чай с сахаром с лимоном**
Чай, Сахар-песок, Лимон
- 20 **Хлеб пшеничный**
Хлеб пшеничный
- 50 **Яблоки свежие нарезка**
Яблоки

Итого за день: ккал-1713, Белки-50, Жиры-62, Углеводы-238

210

Калькулятор

Бригадир поваров