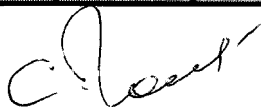


ГБПОУ «СПЛ»
Меню на 01.10.24

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | |
|----------------------|------------------------------|-----------|------------------|---------------|---------------|-------------------------|----------------|--|
| | | | Белки | жиры | углеводы | | | |
| Завтрак | Каша пшеничная молочная | 250/7 | 9,25 | 11,23 | 43,54 | 316,5 | 208 | |
| | Масло сливочное | 20 | 0,1 | 16,5 | 0,16 | 149,51 | | |
| | Какао с молоком | 200 | 2,86 | 2,82 | 14,91 | 93,76 | 306 | |
| | Фрукты свежие | 130 | 1,76 | 0,49 | 27,3 | 121,91 | | |
| | Батон | 50 | 9,1 | 1,1 | 57,1 | 240 | | |
| | ИТОГО: | | | 23,07 | 32,14 | 143,01 | 921,68 | |
| Обед | Винегрет овощной | 100 | 1,35 | 2,56 | 7,7 | 63,3 | 42 | |
| | Суп картофельный с лапшой | 300 | 3,56 | 3,16 | 22,47 | 138,91 | 62 | |
| | Куры отварные | 80 | 19,96 | 16,79 | 0,28 | 232,23 | 132 | |
| | Картофельное пюре | 180 | 3,65 | 5,9 | 24,04 | 169,8 | 146 | |
| | Компот из св.фрукт | 200 | 0,47 | 0,09 | 17,44 | 73,97 | 3058 | |
| | Батон | 50 | 9,1 | 1,1 | 57,1 | 240 | | |
| | Хлеб ржаной | 100 | 8,1 | 3,4 | 42,2 | 222 | | |
| | ИТОГО: | | | 46,19 | 32,95 | 171,23 | 1140,21 | |
| | Полдник | | | | | | | |
| Булочка дорожная | | 100 | 6,57 | 12,76 | 50,81 | 350,09 | 106 | |
| Молоко | | 200 | 3,8 | 3,5 | 4,7 | 62 | | |
| ИТОГО: | | | | 10,37 | 16,26 | 55,51 | 412,09 | |
| Ужин | | | | | | | | |
| | Шницель, сметанный с томатом | 80/30 | 15,56 | 13,97 | 14,93 | 250,91 | 99 | |
| | Рагу из овощей | 180 | 11,26 | 12,63 | 19,42 | 244,95 | 158 | |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,19 | 0,004 | 9,12 | 36,01 | 300 | |
| | Печенье | 40 | 2,56 | 6,72 | 27,4 | 176,28 | | |
| | Хлеб ржаной | 70 | 4,62 | 0,84 | 23,38 | 135,37 | | |
| ИТОГО: | | | 34,19 | 34,164 | 94,25 | 843,52 | | |
| Итого за день | | | 103,45 | 99,254 | 408,49 | 2905,41 | | |

Директор



С.В.Гончарова