

ГБПОУ «СПЛ»
 Меню на 09.11.23

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	жиры	углевод ы		
Завтрак	Каша пшеничная молочная	250/7	9,3	11,2	43,5	316	208
	Чай с сахаром	200	0,2	0	9,1	36	300
	Масло сливочное	15	0,1	16,5	0,16	149,51	
	Батон	50	7,9	1	48,3	245,5	
Итого за прием пищи			17,5	28,7	101,06	747,01	
Обед	Овощи соленые	40	7,9	0,7	17,1	117	70
	Суп картофельный с бобовыми с говядиной	300/25	10,06	5,86	40,76	270,14	65
	Картофель отварной	200/5	3,9	4,9	30,1	189	144
	Голень куриная отварная	80	20	16,8	0,3	232	132
	Компот из смеси мороженых ягод	200	0	0	19,98	75,98	324
	Яйцо	1	7,80	7,20	0,40	95,40	
	Батон	50	7,9	1	48,3	245,5	
	Хлеб ржаной	100	6,6	1,2	33,4	193,38	
Итого за прием пищи			64,16	37,66	190,34	1418,4	
Полдник	Печенье	100	37,3	30,1	34,9	566	239
Итого за прием пищи		100	37,3	30,1	34,9	566	
Ужин	Рыба припущенная	100	22,6	7,1	0,6	158	79
	Пюре картофельное	180	3,3	6,9	20,5	162	146
	Чай с сахаром и молоком	200	1,6	1,5	11,3	62	299
	Батон	50	7,9	1	48,3	245,5	
Итого за прием пищи			35,4	16,5	80,7	627,5	
Итого за день			154,36	112,96	407	3358,91	

Директор



С.В.Гончарова