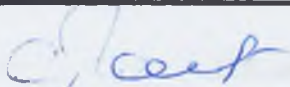


**ГБПОУ «СПЛ»**  
**Меню на 10.11.23**

| Прием пищи                 | Наименование блюда        | Вес блюда | Пищевые вещества |               |               | Энергетическая | № рецептуры |
|----------------------------|---------------------------|-----------|------------------|---------------|---------------|----------------|-------------|
|                            |                           |           | Белки            | жиры          | углеводы      |                |             |
| Завтрак                    | Каша манная молочная      | 250/7     | 18,43            | 30,34         | 3,35          | 359,72         | 234         |
|                            | Какао с молоком           | 200       | 2,86             | 2,82          | 14,91         | 93,76          | 306         |
|                            | Печенье                   | 100       | 7,5              | 18,5          | 67            | 465            |             |
|                            |                           |           |                  |               |               |                |             |
| <b>Итого за прием пищи</b> |                           |           | <b>28,79</b>     | <b>51,66</b>  | <b>85,26</b>  | <b>918,48</b>  |             |
| Обед                       | Овощи солен (огурцы конс) | 40        | 7,9              | 0,7           | 17,1          | 117            | 70          |
|                            | Суп из рыбных консервов   | 300       | 8,03             | 9,74          | 21,67         | 213,26         | ТТк         |
|                            | Гуляш                     | 60/40     | 16,4             | 17,1          | 2,7           | 232            | 96          |
|                            | Пюре гороховое            | 150       | 12,95            | 2,06          | 36,42         | 182,98         |             |
|                            | Компот из с/м ягод        | 200       | 0                | 0             | 19,98         | 75,98          | 324         |
|                            | Батон                     | 50        | 7,9              | 1             | 48,3          | 245,5          |             |
|                            | Хлеб ржаной               | 100       | 6,6              | 1,2           | 33,4          | 193,38         |             |
|                            |                           |           |                  |               |               |                |             |
| <b>Итого за прием пищи</b> |                           |           | <b>59,78</b>     | <b>31,8</b>   | <b>179,57</b> | <b>1260,1</b>  |             |
| Полдник                    | Молоко                    | 200       | 2,88             | 3,21          | 4,70          | 66,32          |             |
| <b>Итого за прием пищи</b> |                           |           | <b>2,88</b>      | <b>3,21</b>   | <b>4,7</b>    | <b>66,32</b>   |             |
| Ужин                       | Котлета здоровье          | 75        | 10,6             | 9,8           | 1,6           | 137            | 100         |
|                            | Гречка отварная           | 180       | 10,6             | 6,8           | 46,3          | 311            | 183         |
|                            | Батон                     | 50        | 7,9              | 1             | 48,3          | 245,5          |             |
|                            | Чай с сахаром             | 200       | 0,19             | 0,04          | 9,12          | 244,95         | 300         |
| <b>Итого за прием пищи</b> |                           |           | <b>29,29</b>     | <b>17,64</b>  | <b>105,32</b> | <b>938,45</b>  |             |
| <b>Итого за день</b>       |                           |           | <b>120,74</b>    | <b>104,31</b> | <b>374,85</b> | <b>3183,35</b> |             |

Директор



С.В.Гончарова