

ГБПОУ «СПЛ»
 Меню на 19.10.2023г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	жиры	углевод ы		
Завтрак	Суп вермишелевый с молоком	180/5	4,6	4,5	21,7	222	208
	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	9,12	244,95	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			12,79	22,04	79,28	861,96	
Обед	Салат из св.капусты с яблоком	100	1,8	4,6	9,6	91	8
	Суп картофельный с гречневой крупой	300	3,2	3	23,2	135	63
	Рыба тушеная с овощами	150	27,9	13,9	5,7	259	80
	Рис отварной	180/5	4,6	8,5	51,1	124,5	187
	Компот из смеси мороженых ягод	200	0	0	19,98	75,98	324
	Яйцо	1 шт	7,8	7,2	0,4	95,4	
	Батон	50	7,9	1	48,3	245,5	
	Хлеб ржаной	100	6,6	1,2	33,4	193,38	
Итого за прием пищи			59,8	39,4	191,68	1219,76	
Полдник	Груша	100	0,73	0,37	10,83	46,79	
Итого за прием пищи			0,73	0,37	10,83	46,79	
Ужин	Печень по-строгановски	100	25,7	18,3	3,1	280	130
	Рожки отварные	220/5	6,53	4,33	40	232,69	227
	Икра кабачковая (консерв)	100	1,44	6,36	7,22	91,72	
	Чай с молоком и сахаром	200	1,44	1,43	11,23	61,51	301
Итого за прием пищи			35,11	30,42	61,55	665,92	
Итого за день			48,63	52,83	151,66	1574,67	

И.В. Директор

В.В. Бетарг