


ГБПОУ «СПЛ»
 Меню на 20.10.23

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	жиры	углеводы			
Завтрак	Каша молочная «Дружба»	250/7	7,88	10,79	41,92	299,91	210	
	Джем	60	0	0	34	136		
	Чай с сахаром	200	1,6	1,5	11,3	261	299	
	Батон	50	7,9	1	48,3	245,5		
Итого за прием пищи			17,38	13,29	135,52	942,41		
Обед	Салат из консерв. помидор и огурцов	40	0,78	4,42	3,74	60,45		
	Суп рисовый с курицей	300	3,2	3	23,2	135	63	
	Котлеты рубленые	100	18	14,7	9,6	243	100	
	Макаронные изделия отварные	220/5	6,53	4,33	40	232,69	227	
	Печенье	100	7,5	18,5	67	465		
	Какао с молоком	200	3,3	3,1	13,6/0,8	398	306	
	Батон	50	7,9	1	48,3	245,5		
	Хлеб ржаной	100	6,6	1,2	33,4	193,38		
	Итого за прием пищи			53,81	50,25	225,24	1973,02	
	Полдник	Яйцо	1	7,8	7,2	0,4	95,4	
Итого за прием пищи			1,09	0,55	16,25	70,19		
Ужин	Голубцы ленивые	180/40	20,8	16,8	15	301	126	
	Картофель отварной	200/5	4	0,8	34	123	144	
	Чай с молоком и сахаром	200	3,3	3,1	13,6	261	299	
	Батон	50	7,9	1	48,3	245,5		
	Итого за прием пищи			36	21,7	110,9	930,5	
Итого за день			108,28	85,79	487,91	3916,12		

И.О. Директора



Л.Д. Бенгард