


ГБПОУ «СПЛ»
Меню на 26.09.2023г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	жиры	углевод		
Завтрак	Каша гречневая с молоком	180/5	7,02	3,06	33,66	183,06	254
	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	9,12	244,95	300
	Печенье	100	7,5	18,5	67	465	
Итого за прием пищи			14,71	21,6	109,78	893,01	
Обед	Салат с сыром и зел.горошком	100	9	10,7	4,9	159	45
	Свекольник	300	2,9	5,9	18,3	143	68
	Капуста тушеная	180/5	18,57	12,89	8,93	231,13	
	Говядина отварная	50	12,32	7	0,14	110,97	
	Компот из смеси мороженых 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	
Итого за прием пищи			57,29	38,69	133,95	1158,96	
Полдник	Яблоко	150	1,09	0,55	16,25	70,19	
Итого за прием пищи			1,09	0,55	16,25	70,19	0
Ужин	Икра кабачковая (консерв)	100	1,44	6,36	7,22	91,72	
	Макаронные изделия отварные	180/5	6,53	4,33	40	232,69	227
	Батон	50	7,9	1	48,3	245,5	
	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	9,12	244,95	300
Итого за прием пищи			16,06	11,73	104,64	814,86	
Итого за день			89,15	72,57	364,62	2937,02	

И.О.Директора



Л.Д.Бенгард