

## ГБПОУ «СПЛ»

Меню на 02 апреля 2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Омлет натур.	200	18,43	30,34	3,35	359,72	234
	Масло сливоч.	20	0,1	16,5	0,16	149,51	
	Сыр	15	3,95	3,99		52,59	
	Фрукты свежие	130	1,76	0,49	27,3	121,91	
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,25	0,005	9,31	38,48	302
	Батон	50	4,55	0,55	28,55	120	
<b>ИТОГО:</b>			<b>29,04</b>	<b>51,875</b>	<b>68,67</b>	<b>842,21</b>	
Обед	Лечо	40	7,9	0,7	17,1	117	70
	Борщ с капустой и картофелем	300/12	2,3	5,76	14,39	122,82	
	Плов из курицы	250	18,6	20,2	52,7	477	120
	Компот из с/м фруктов	200	0,2	0,1	17,2	70	311
	Батон	50	4,55	0,55	28,55	120	
	Хлеб ржаной	100	8,1	3,4	42,2	222	
<b>ИТОГО:</b>			<b>41,65</b>	<b>30,71</b>	<b>172,14</b>	<b>1128,82</b>	
Полдник	Ватрушка французская	100	9,98	14,08	43,9	343,66	279
	Чай с молоком и сахаром	200	1,55	1,45	11,26	62,41	299
<b>ИТОГО:</b>			<b>11,53</b>	<b>15,53</b>	<b>55,16</b>	<b>406,07</b>	
Ужин	Фрикадельки из кур.	80/5	11,71	11,73	5,91	177,14	134
	Пюре овощное	220	4,47	7,64	17,16	163,13	182
	Чай с сахаром	200	0,25	0,005	9,31	38,48	302
	Батон	50	4,55	0,55	28,55	120	
	Хлеб ржаной	70	4,62	0,84	23,38	135,37	
<b>ИТОГО:</b>			<b>25,6</b>	<b>20,765</b>	<b>84,31</b>	<b>634,12</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>107,82</b>	<b>118,88</b>	<b>380,28</b>	<b>3011,22</b>	

Директор



С.В.Гончарова