

ГБПОУ «СПЛ»
 Меню на 10.10.24

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Пудинг творожный	200/40	30,29	19,73	60,22	534,66	243
	Масло сливочное	15	0,08	12,38	0,12	112,13	
	Сыр	20	2,63	2,66		35,06	
	Какао на молоке	200	2,86	2,82	14,91	93,76	304
	Батон	50	6,60	1,10	41,00	206,00	
	ИТОГО:			42,46	38,69	116,25	981,61
Обед	Яичный салат с кукурузой	100	16	25	10	380	1001
	Рассольник домашний	300/12	2,95	6,64	17,6	148,72	59
	Плов из курицы	250	22,8	29	40,19	511,09	138
	Компот из смеси сухофрукт	200	1,2	0,1	29,5	127	309
	Печенье	40	2,56	6,72	27,4	176,28	
	Батон	50	6,60	1,10	41,00	206,00	
	Хлеб ржаной	100	6,6	1,2	33,4	193,38	
	ИТОГО:			58,71	69,76	199,09	1742,47
Полдник	Сок	200	0,94	0,18	18,38	79,0	
	Конфеты	30	6	32	50	512	
	ИТОГО:		6,94	32,18	68,38	591,03	
Ужин	Котлеты	80/30	15,56	14,14	14,93	252,49	99
	Макароны отварные с овощами	220	6,34	9,26	34,29	254,58	233
	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	9,12	36,01	300
	Батон	50	6,60	1,10	41,00	206,00	
	ИТОГО:			28,69	24,54	99,34	749,08
Итого за день			136,8	165,17	483,06	4064,19	

Директор



Гончарова С.В.