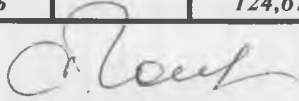


ГБПОУ «СПЛ»  
 Меню на 10.12.24

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Запеканка из творога	200/20	34,97	22,76	45,5	530,77	239
	Масло сливочное	20	0,1	16,5	0,16	149,51	
	Сыр	15	3,95	3,99		52,59	
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,25	0,05	9,31	38,48	302
	Печенье	40	2,56	6,72	27,4	176,28	
	<b>ИТОГО:</b>		<b>41,83</b>	<b>50,02</b>	<b>82,37</b>	<b>947,63</b>	
Обед	Салат из кв.капусты	100	0,63	0,97	1,35	16,33	95
	Свекольник	300	2,95	5,87	18,03	143,03	68
	Рыба тушеная с овощами	150	21,9	10	4,7	198	80
	Макароны отварные	180/5	6,53	4,33	40	232,97	227
	Компот из с/м смеси	200	0,5	0,1	21,1	86	310
	Батон	50	6,60	1,10	41,00	206,00	
	Хлеб ржаной	100	6,6	1,2	33,4	193,38	
	<b>ИТОГО:</b>		<b>45,71</b>	<b>23,57</b>	<b>159,58</b>	<b>1075,71</b>	
Полдник	Плюшка новомосковская	100	7,81	5,85	51,01	295,31	270
	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	9,12	36,01	300
	<b>ИТОГО:</b>		<b>8</b>	<b>5,89</b>	<b>60,13</b>	<b>331,32</b>	
Ужин	Оладьи из печени	110	22,09	15,31	14,88	288,87	128
	Картофель тушеный	200	0,19	0,04	9,12	36,01	147
	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	9,12	36,01	300
	Батон	50	6,60	1,10	41,00	206,00	
	<b>ИТОГО:</b>		<b>29,07</b>	<b>16,49</b>	<b>74,12</b>	<b>566,89</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>124,61</b>	<b>95,97</b>	<b>376,2</b>	<b>2921,55</b>	

Директор



С.В.Гончарова