

## ГБПОУ «СПЛ»

Меню на 13.01.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Суп молочный Артек	250	4,4	5,1	18,13	136,63	76
	Масло сливочное	15	0,08	12,38	0,12	112,13	
	Сыр	20	3,95	3,99	0	52,59	
	Чай с сахаром	200	0,19	0,004	9,12	36,01	304
	Батон	50	4,55	0,55	28,55	120	
	<b>ИТОГО:</b>		<b>13,17</b>	<b>22,024</b>	<b>55,92</b>	<b>457,36</b>	
Обед	Салат из кв. капусты	100	0,63	0,97	1,35	16,33	95
	Суп крестьянский с крупой	300/12	2,82	5,86	15,33	131,61	67
	Азу	60/50	17,1	23,49	3,32	294,69	95
	Макаронные изделия отварные	180/5	6,53	4,33	40	232,97	227
	Компот из с/м фруктов	200	1,2	0,006	29,51	126,62	309
	Батон	50	4,55	0,55	28,55	120	
	Хлеб ржаной	100	8,1	3,4	42,2	222	
	<b>ИТОГО:</b>		<b>40,93</b>	<b>38,606</b>	<b>160,26</b>	<b>1144,22</b>	
Полдник	Печенье	40	2,56	6,72	27,4	176,28	
	Молоко	200	3,8	3,5	4,7	62	
	<b>ИТОГО:</b>		<b>6,36</b>	<b>10,22</b>	<b>32,1</b>	<b>238,28</b>	
Ужин	Голубцы ленивые	180/40	20,85	16,77	15,01	301,09	126
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,25	0,05	9,31	38,48	302
	Апельсины	130	1,76	0,49	27,3	121,91	
	Батон	50	4,55	0,55	28,55	120	
	<b>ИТОГО:</b>		<b>27,41</b>	<b>17,86</b>	<b>80,17</b>	<b>581,48</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>87,87</b>	<b>88,71</b>	<b>328,45</b>	<b>2421,34</b>	

Директор

С.В.Гончарова