

**ГБПОУ «СПЛ»**  
**Меню на 15.01.2025**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	жиры	углеводы			
<b>Завтрак</b>	Блинчики	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		
	<b>ИТОГО:</b>			<b>42,46</b>	<b>38,69</b>	<b>116,25</b>	<b>981,61</b>	
<b>Обед</b>	Салат морковный с чесноком	100	1,6	1,3	6,5	43,1	20029	
	Суп картофельный с лапшой	300/12	3,6	3,2	22,5	139	62	
	Плов из отварной говядины	250	18,6	20,2	52,7	477	120	
	Компот из смеси сухофрукт	200	1,2	0,1	29,5	127	309	
	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>38,2</b>	<b>27,1</b>	<b>183,6</b>	<b>1185,48</b>	
	<b>Полдник</b>	Сок	200	0,94	0,18	18,38	79,0	
Конфеты		30	6	32	50	512		
<b>ИТОГО:</b>			<b>6,94</b>	<b>32,18</b>	<b>68,38</b>	<b>591,03</b>		
<b>Ужин</b>	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		
	<b>ИТОГО:</b>			<b>28,69</b>	<b>24,54</b>	<b>99,34</b>	<b>749,08</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>116,29</b>	<b>122,51</b>	<b>469,57</b>	<b>3507,2</b>		

Директор

С.В.Гончарова