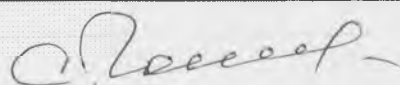


ГБПОУ «СПЛ»
 Меню на 16.12.24

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	жиры	углеводы			
Завтрак	Запеканка из творога	200/20	37,29	30,1	34,88	566,36	239	
	Масло сливочное	20	0,08	12,38	0,12	112,13		
	Сыр	15	3,95	3,99		52,59		
	Чай с молоком и с сахаром	200	1,44	1,43	11,23	61,51	301	
	Итого:		42,76	45,9	46,23	792,59		
Обед	Салат из кукурузы консервированной	120	12	3	5	138	1553	
	Щи из свежей капусты	300/12	2,39	6,44	10,57	114,99	55	
	Печень по строгановски	100/40	24,33	25,41	2,64	237,81	130	
	Каша гречневая	180	10,6	6,8	46,3	311	183	
	Компот из с/м фруктов	200	1,2	0,06	29,51	126,62	309	
	Батон	50	4,55	0,55	28,55	120		
	Хлеб ржаной	100	8,1	3,4	42,2	222		
		Итого:		61,17	45,66	164,22	1370,42	
Полдник	Печенье	40	2,56	6,72	27,4	176,28		
	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	9,12	36,01	300	
		Итого:		2,75	6,76	36,52	212,29	
Ужин	Котлета Здоровье	100	14,1	13,88	2,09	182,76	100	
	Капуста тушеная	220	5,19	6,08	21,3	170,46	148	
	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	9,12	36,01	300	
	Батон	50	4,55	0,55	28,55	120		
		Итого:		24,03	20,98	61,06	509,23	
Итого за день			132,71	120,87	308,58	2784,53		

Директор



С.В.Гончарова