

ГБПОУ «СПЛ»  
 Меню на 17.01.25

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	жиры	углеводы			
Завтрак	Каша пшеничная молочная	250/7	9,25	11,23	43,54	316,5	208	
	Масло сливочное	20	0,1	16,5	0,16	149,51		
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,25	0,05	9,31	38,48	302	
	Фрукты свежие	130	1,76	0,49	27,3	121,91		
	Батон	50	9,1	1,1	57,1	240		
	<b>ИТОГО:</b>			<b>20,46</b>	<b>29,37</b>	<b>137,41</b>	<b>866,4</b>	
Обед	Винегрет овощной	100	1,35	2,56	7,7	63,3	42	
	Суп картофельный с горохом	300	10,1	5,9	40,8	270	65	
	Сардельки отварные	80	4,7	10,2	0,4	112	131	
	Картофельное пюре	180	3,65	5,9	24,04	169,8	146	
	Кисель	200	0	0	21,6	84	331	
	Батон	50	9,1	1,1	57,1	240		
	Хлеб ржаной	100	8,1	3,4	42,2	222		
	<b>ИТОГО:</b>			<b>37</b>	<b>29,01</b>	<b>193,84</b>	<b>1161,1</b>	
	Полдник	Булочка дорожная	100	6,57	12,76	50,81	350,09	106
Чай с сахаром		200	0,19	0,004	9,12	36,01	300	
<b>ИТОГО:</b>				<b>6,76</b>	<b>12,764</b>	<b>59,93</b>	<b>386,1</b>	
Ужин								
Ужин	Шницель, сметанный с томатом	80/30	15,56	13,97	14,93	250,91	99	
	Рагу из овощей	180	11,26	12,63	19,42	244,95	158	
	Чай с сахаром	200	0,19	0,004	9,12	36,01	300	
	Печенье	40	2,56	6,72	27,4	176,28		
	Хлеб ржаной	70	4,62	0,84	23,38	135,37		
	<b>ИТОГО:</b>			<b>34,19</b>	<b>34,164</b>	<b>94,25</b>	<b>843,52</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>91,65</b>	<b>92,544</b>	<b>425,5</b>	<b>2871,02</b>		

Директор

С.В.Гончарова