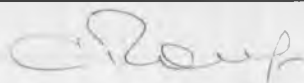


ГБПОУ «СПЛ»
Меню на 21.10.24

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	47,9	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
	Фрукты свежие	130	1,76	0,49	27,3	121,91	
	Батон	50	4,55	0,55	28,55	120	
	Хлеб ржаной	100	8,1	3,4	42,2	222	
	ИТОГО:		64,93	46,15	192,07	1392,33	
Полдник	Булочка Веснушка	100	7,81	5,35	53,44	300,45	288
	Молоко	200	3,8	3,5	4,7	62	
	ИТОГО:		11,61	8,85	58,14	362,45	
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	20,55	61,06	509,23	
Итого за день			143,33	123,45	357,5	3056,6	

Директор



Л.С.В.Гончарова