


ГБПОУ «СПЛ»  
 Меню на 25.10.24

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	жиры	углеводы			
Завтрак	Сардельки отварные	50	4,66	10,15	0,37	111,52	131	
	Каша гречневая	180/5	10,6	6,79	46,33	311,47	183	
	Масло сличное	10	0,05	8,25	0,08	74,75		
	Сыр	15	3,95	3,99		52,59		
	Чай с молоком и сахаром	200	1,44	1,43	11,23	61,51		
	Батон	50	6,60	1,10	41,00	206,00		
	<b>ИТОГО:</b>			<b>27,3</b>	<b>31,71</b>	<b>99,01</b>	<b>817,84</b>	
Обед	Овощи нат. соленые	40	7,9	0,7	17,1	117	70	
	Суп картофельный с клецками	300	3,10	0,75	18,81	99,66	64	
	Котлеты рубленые	100	11,62	28,5	2,22	102		
	Пюре гороховое	150	12,95	2,06	36,42	182,98		
	Какао с молоком	200	3,3	3,1	13,6	95	306	
	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>52,07</b>	<b>37,41</b>	<b>162,55</b>	<b>996,02</b>	
	Полдник	Ватрушка с творогом	70	7,25	6,36	27,62	201,05	264
		Сок яблочный	200	0,94	0,18	18,38	79,03	
<b>ИТОГО:</b>			<b>8,19</b>	<b>6,54</b>	<b>46</b>	<b>280,08</b>		
Ужин	Котлеты рыбные	100	11,61	8,56	16,67	193,94	83	
	Картофельное пюре	200	4,05	6,5	26,71	188,67	146	
	Овощи нат. Соленые	40	7,9	0,7	17,11	116,74	70	
	Чай с лимоном и сахаром.	200	0,25	0,05	9,31	38,48	302	
	<b>ИТОГО:</b>			<b>23,81</b>	<b>15,81</b>	<b>69,8</b>	<b>537,83</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>52,07</b>	<b>37,41</b>	<b>162,55</b>	<b>996,02</b>		

Директор



С.В.Гончарова