

**ГБПОУ «СПЛ»**  
**Меню на 01.10.24**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	жиры	углеводы			
<b>Завтрак</b>	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		
	Какао с молоком	200	2,86	2,82	14,91	93,76	306	
	Фрукты свежие	130	1,76	0,49	27,3	121,91		
	Батон	50	9,1	1,1	57,1	240		
	<b>ИТОГО:</b>			<b>23,07</b>	<b>32,14</b>	<b>143,01</b>	<b>921,68</b>	
<b>Обед</b>	Винегрет овощной	100	1,35	2,56	7,7	63,3	42	
	Суп картофельный с лапшой	300	3,56	3,16	22,47	138,91	62	
	Куры отварные	80	19,96	16,79	0,28	232,23	132	
	Картофельное пюре	180	3,65	5,9	24,04	169,8	146	
	Компот из св.фрукт	200	0,47	0,09	17,44	73,97	3058	
	Батон	50	9,1	1,1	57,1	240		
	Хлеб ржаной	100	8,1	3,4	42,2	222		
	<b>ИТОГО:</b>			<b>46,19</b>	<b>32,95</b>	<b>171,23</b>	<b>1140,21</b>	
	<b>Полдник</b>							
Булочка дорожная		100	6,57	12,76	50,81	350,09	106	
Молоко		200	3,8	3,5	4,7	62		
<b>ИТОГО:</b>			<b>10,37</b>	<b>16,26</b>	<b>55,51</b>	<b>412,09</b>		
<b>Ужин</b>								
	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>103,45</b>	<b>99,254</b>	<b>408,49</b>	<b>2905,41</b>		

Директор



С.В.Гончарова