

ГБПОУ «МПТ»
Меню на 20 мая 2025 г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Запеканка из творога	200/20	34,97	22,76	45,5	530,77	239
	Масло сливочное	20	0,1	16,5	0,16	149,51	
	Сыр	15	3,95	3,99		52,59	
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,25	0,05	9,31	38,48	302
	Печенье	40	2,56	6,72	27,4	176,28	
	ИТОГО:		41,83	50,02	82,37	947,63	
Обед	Салат морковный с чесноком	100	1,6	1,3	6,5	43,1	20029
	Свекольник	300	2,95	5,87	18,03	143,03	68
	Рыба тушеная с овощами	150	21,9	10	4,7	198	80
	Макароны отварные	180/5	6,53	4,33	40	232,97	227
	Компот из с/м смеси	200	0,5	0,1	21,1	86	310
	Батон	50	6,60	1,10	41,00	206,00	
	Хлеб ржаной	100	6,6	1,2	33,4	193,38	
	ИТОГО:		46,68	23,9	164,73	1102,48	
Полдник	Плюшка новомосковская	100	7,81	5,85	51,01	295,31	270
	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	9,12	36,01	300
	ИТОГО:		8	5,89	60,13	331,32	
Ужин	Оладьи из печени	110	22,09	15,31	14,88	288,87	128
	Картофель тушеный	200	0,19	0,04	9,12	36,01	147
	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	9,12	36,01	300
	Батон	50	6,60	1,10	41,00	206,00	
	ИТОГО:		29,07	16,49	74,12	566,89	
	Итого за день		125,58	96,3	381,35	2948,32	

Директор

