01.11.22.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ "ПБМК" Колесова Е.А.

№ рецепта	Наименование блюда	Выход г, мл	Пищевые вещества			Калорийность, ккал
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
№210, Могил.2005	**Омлет натуральный**	200/10	2,34	9,17	3,04	104,02
№108, Пермь,2013	**Хлеб пшеничный**	60	4,74	0,6	28,56	138,6
№109, Пермь,2013	**Хлеб ржаной**	30	2,37	0,18	13,3	64,62
№241, Могильн.2005	**Мясо отварное (св) с соусом**	100/30	2,98	9,36	2,82	107,52
№45, Мог.,2005	**Салат из белокачанной капусты**	100	1,58	5,1	9,48	90,06
№378, Мог.,2005	**Чай с молоком**	200	1,45	1,25	17,37	86,53
	Итого по подменю:		15,46	25,66	74,57	591,35
	Обед					
№34,Могил.2010	**Салат из свеклы с зеленым горошком**	100	2,01	4,13	7,81	76,48
№144, Пермь,2013	**Суп картофельный с горохом**	250	5,75	4,33	21,97	149,73
№125, Могильн.2005	**Картофель отварной**	200	4,24	4,47	33,84	192,45
№268, Могил.2005	**Котлета мясная**	100	4,73	7,05	17,47	152,27
№388, Мог.2005	**Напиток из плодов шиповника витам.**	200	0,68	0,28	27,62	115,73
№108, Пермь,2013	**Хлеб пшеничный**	60	4,74	0,6	28,56	138,6
№109, Пермь,2013	**Хлеб ржаной**	60	4,74	0,36	26,76	129,24
	Итого по подменю:		26,89	21,22	164,03	954,5
	Итого за день:		42,35	46,88	238,6	**1545,85**