03.10.2024.

Утверждаю _____директор ООО "Лакомка грин" Москвина Е.В. Согласовано _____директор ГБПОУ "ПБМК" Колесова Е.А.

№ рецепта	Наименование блюда	Выход г, мл	Пищевые вещества			Калорийность, ккал
			Б	Ж	У	
Завтрак						
№173, Мог.,2005	**Каша пшеничная**	200/5	8,48	10,35	45,22	307,94
№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
№24, Мог.2005	**Салат из свежих помидоров и огурцов**	100	0,75	6,15	3,84	73,69
№338, Мог. 2005	**Плоды свежие (банан)**	100	0,15	0,05	2,2	9,85
№377, Мог.,2005	**Чай с лимоном**	200/7	0,06	0,01	15,18	61,04
Итого по подменю:			16,55	17,34	108,3	655,74
Обед						
№68, Лапшина,2004	**Салат "Столичный"**	100	6,65	5,06	5,96	95,91
№124 Лапшина,2004	**Рассольник "Ленинградский" со сметаной**	250/20/20	3,44	9,73	17,82	168
№291, Пермь,2013	**Макаронные изделия отварные**	200	6,87	7,2	48,4	285,92
№161, ПГМА, 2008	**Котлета рыбная**	100/5	15,25	6,41	9,31	156,14
№349,Могильн. 2005	**Компот из сухофруктов**	200	0,6		22,86	93,84
№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:			42,29	29,36	159,67	1067,65
	Итого за день:		58,84	46,7	267,97	**1723,39**