

14.04.2023.


 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор ГБПОУ "ПБМК" Колесова Е.А.

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>ЗАВТРАК</b>						
№173, Мог.,2005	Каша из овсяных хлопьев	200/5	3,56	10,02	13,81	159,66
№209, Мог.,2005	Яйцо отварное	40	5	4,6	0,3	62,8
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,4
	Кефир	200	5	5,6	29,8	186
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:</b>			<b>16,6</b>	<b>20,58</b>	<b>63,79</b>	<b>498,86</b>
<b>ОБЕД</b>						
№50, Мог.,2005	Салат из свёклы с сыром и чесноком	100	5,1	8,99	7,28	130,4
№46, Ижевск 2008г	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,9	2,5	21	118,1
№139, Могильн.2005	Капуста тушеная	200	5,13	8,29	21,71	181,92
№332, Кучма,2006	Птица отварная	100	32,82	28,26	0	385,57
	Хлеб пшеничный	35	1,88	0,2	12,13	40,48
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,48	0,24	9,8	35,46
№378, Мог.,2005	Чай с молоком	200	1,45	1,25	17,37	86,53
	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44,4
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД:</b>			<b>51,16</b>	<b>50,13</b>	<b>99,09</b>	<b>1022,86</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>67,76</b>	<b>70,71</b>	<b>162,88</b>	<b>1521,72</b>