14.11.2023.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ "ПБМК" Колесова Е.А.

№ рецепта	Наименование блюда	Выход г, мл	Пищевые вещества			Калорийность, ккал
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
№173, Мог.,2005	**Каша из овсяных хлопьев**	200/5	3,56	10,02	13,81	159,66
№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
№15, Могильн.2005	**Сыр**	30	7,68	7,83		101,19
№61, Мог.,2005	**Салат из моркови с яблоками и курагой**	100	1,05	6,14	8,55	93,77
№384, Мог.,2005	**Какао со сгущенным молоком**	200	3,28	3	20,64	122,68
	Итого по подменю:		22,68	27,77	84,86	680,52
	Обед					
№24, Мог.2005	**Салат из свежих помидоров и огурцов**	100	0,75	6,15	3,84	73,69
№82, Могильный,2005	**Борщ с капустой и карт. со сметаной**	250/20	2,57	9,19	14,06	149,04
№105, Могильный	**Фрикадельки мясные к супу**	20	0,52	0,3	0,19	5,62
№304, Мог. 2005	**Рис отварной**	200	5,36	4,99	44,91	246,03
№267,Мог.2005	**Шницель нат.рубл.из говядины**	100	4,51	9,57	11,21	148,95
№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:		23,87	31,44	157,15	1006,9
	Итого за день:		46,55	59,21	242,01	**1687,42**