

23.03.2023.



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ "ПБМК" Колесова Е.А.

| № рец. | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергет. ценность |
|--------------------------|--|---------------|----------------------|--------------|--------------|-------------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| №173, Мог.,2005 | Каша пшеничная | 200/5 | 8,48 | 10,35 | 45,22 | 307,94 |
| №15, Могильн.2005 | Сыр | 30 | 7,68 | 7,83 | | 101,19 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,36 | 19,88 | 90,4 |
| №349, Могильн.2005 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,6 | | 22,86 | 93,84 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК: | | | 19,8 | 18,54 | 87,96 | 593,37 |
| ОБЕД | | | | | | |
| №67, Могил.2005 | Винегрет овощной | 100 | 1,22 | 10,16 | 7,2 | 125,15 |
| №124 Лапшина,2004 | Рассольник "Ленинградский" со сметаной | 250/20/ 20 | 3,44 | 9,73 | 17,82 | 172,66 |
| №356, Кучма 2016 | Рис с горошком, кукурузой и морковью | 200 | 5,46 | 7,95 | 43,04 | 265,53 |
| №88, Ижевск2008г | Котлета рыбная "Нептун" | 100 | 12,8 | 13,6 | 9,9 | 213,2 |
| №348, Мог. 2011г | Соус томатный | 40 | 0,5 | 1,76 | 2,83 | 29,2 |
| | Хлеб пшеничный | 35 | 1,88 | 0,2 | 12,13 | 40,48 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1,48 | 0,24 | 9,8 | 35,46 |
| №377, Мог.,2005 | Чай с лимоном | 200/7 | 0,06 | 0,01 | 15,18 | 61,04 |
| | Фрукт свежий (груша) | 100 | 0,4 | 0,3 | 10,3 | 45,5 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД: | | | 27,24 | 43,95 | 128,2 | 988,22 |