

27.12.22.



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ "ПБМК" Колесова Е.А.

№ рецепта	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Калорийность, ккал
			мл	Б	Ж	

**Завтрак**

№210, Могил.2005	<b>Омлет натуральный</b>	200/10	2,34	9,17	3,04	104,02
№108, Пермь,2013	<b>Хлеб пшеничный</b>	60	4,74	0,6	28,56	138,6
№109, Пермь,2013	<b>Хлеб ржаной</b>	30	2,37	0,18	13,3	64,62
№241, Могильн.2005	<b>Мясо отварное (св) с соусом</b>	100/30	2,98	9,36	2,82	107,52
№45, Мог.,2005	<b>Салат из белокачанной капусты</b>	100	1,58	5,1	9,48	90,06
№378, Мог.,2005	<b>Чай с молоком</b>	200	1,45	1,25	17,37	86,53
Итого по подменю:			15,46	25,66	74,57	591,35

**Обед**

№34,Могил.2010	<b>Салат из свеклы с зеленым горошком</b>	100	2,01	4,13	7,81	76,48
№144, Пермь,2013	<b>Суп картофельный с горохом</b>	250	5,75	4,33	21,97	149,73
№125, Могильн.2005	<b>Картофель отварной</b>	200	4,24	4,47	33,84	192,45
№268, Могил.2005	<b>Котлета мясная</b>	100	4,73	7,05	17,47	152,27
№388, Мог.2005	<b>Напиток из плодов шиповника витам.</b>	200	0,68	0,28	27,62	115,73
№108, Пермь,2013	<b>Хлеб пшеничный</b>	60	4,74	0,6	28,56	138,6
№109, Пермь,2013	<b>Хлеб ржаной</b>	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	<b>1545,85</b>