

28.12.22.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ЦЕНОУ "ПМК" Колесова Е.А.

| № рецепта | Наименование блюда | Выход, мл | Пищевые вещества | | | Калорийнос- ть, ккал |
|------------------------|-------------------------------------|--------------|------------------|-------|--------|-------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| Завтрак | | | | | | |
| №313, Пермь 2013 | Запеканка из творога | 150 | 25,83 | 17,95 | 23,09 | 357,18 |
| №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 |
| №2, ПГМА, 2008 | Салат "Витаминный" | 100 | 1,14 | 10,14 | 10,7 | 138,58 |
| №15, Могильн.2005 | Сыр | 30 | 7,68 | 7,83 | | 101,19 |
| №379, Мог., 2005 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 0,54 | 2,25 | 12,48 | 72,33 |
| Итого по подменю: | | | 42,3 | 38,95 | 88,13 | 872,5 |
| Обед | | | | | | |
| №36, Могильн.2005 | Салат картофельный с сельдью | 100/5 | 5,05 | 4,39 | 12,22 | 108,56 |
| №82, Могильн., 2005 | Борщ с капустой и карт. со сметаной | 250/20 | 2,57 | 9,19 | 14,06 | 149,08 |
| №291, Могил.2005 | Плов из птицы | 250 | 20,31 | 24,22 | 44,92 | 472 |
| №274, ПГМА 2008 | Кисель из концентрата витам. | 200 | | | 12,24 | 48,94 |
| №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: | | | 37,41 | 38,76 | 138,76 | 1046,42 |
| Итого за день: | | | 79,71 | 77,71 | 226,89 | 1918,92 |