

07.06.22.


 УТВЕРЖДАЮ

День 7 (ВТОРНИК)

Директор ГБПОУ "ПБМК" Колесова Е.А.

№ рецепта	Наименование блюда	Выход г, мл	Пищевые вещества			Калорийность, ккал
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
№210, Могил.2005	Омлет натуральный	200/10	2,34	9,17	3,04	104,02
№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
№241, Могильн.2005	Мясо отварное (св) с соусом	100/30	2,98	9,36	2,82	107,52
№45, Мог.,2005	Салат из белокачанной капусты	100	1,58	5,1	9,48	90,06
№378, Мог.,2005	Чай с молоком	200	1,45	1,25	17,37	86,53
Итого по подменю:			15,46	25,66	74,57	591,35
<b>Обед</b>						
№34,Могил.2010	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	2,01	4,13	7,81	76,48
№144, Пермь,2013	Суп картофельный с горохом	250	5,75	4,33	21,97	149,73
№125, Могильн.2005	Картофель отварной	200	4,24	4,47	33,84	192,45
№268, Могил.2005	Котлета мясная	100	4,73	7,05	17,47	152,27
№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:			26,89	21,22	164,03	954,5
Итого за день:			42,35	46,88	238,6	1545,85