

16.06.22.

**День 4 (ЧЕТВЕРГ)**

Директор ГБПОУ "ПБМК" Колесова Е.А.

№ рецепта	Наименование блюда	Выход г, мл	Пищевые вещества			Калорийность, ккал
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
№173, Мог.,2005	Каша пшенная	200/5	8,73	11,4	44,17	314,19
№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
№243, Могил.2005	Колбасные изделия отварные	100	15,85	20,15	2,46	254,5
№338, Мог. 2005	Фрукты свежие (банан)	100	0,15	0,05	2,2	9,85
№379, Мог.,2005	Кофейный напиток с молоком	200	0,54	2,25	12,48	72,33
Итого по подменю:			32,38	34,63	103,17	854,09
<b>Обед</b>						
№2, ПГМА, 2008	Салат "Витаминный"	100	1,14	10,14	10,7	138,58
№209,Могильн.2005	Яйцо вареное	40	6,5	5,2	0,4	74,4
№113,Могильн.2005	Суп-лапша домашняя	250	9,96	11,79	15,05	206,17
№259,Могильн.2005	Жаркое по-домашнему	300	6,12	5,11	29,29	187,67
№349,Могильн.2005	Компот из сухофруктов	200	0,6		22,86	93,84
№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:			33,8	33,2	133,62	968,5
Итого за день:			66,18	67,83	236,79	1822,59