

27.06.22.

УТВЕРЖДАЮ

День 1 (ПОНЕДЕЛЬНИК)

Директор ГБПОУ "ПБМК" Колесова Е.А.

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

Завтрак

№181, Мог.,2005	Каша манная с маслом	200/5	6,17	10,06	32,8	246,45
№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
№45, Мог.,2005	Салат из белокачанной капусты	100	1,58	5,1	9,48	90,06
№338, Мог. 2005	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44,4
№376, Мог.,2005	Чай с сахаром	200	0	0	14,97	59,88
Итого по подменю:			15,26	16,34	108,91	644,01

Обед

№69, Мог.2005	Винегрет с сельдью	125	5,49	10,2	6,28	138,86
№144, Пермь,2013	Суп картофельный с горохом	250	5,75	4,33	21,97	149,73
№125, Могильн.2005	Картофель отварной	200	4,24	4,46	33,83	192,45
№412, Пермь,2013	Котлета из птицы припущенная	100	15,34	12,1	9,04	230
№342, Мог.2005	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,87	113,57
№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:			40,46	32,21	154,31	1092,45
Итого за день:			55,72	48,55	263,22	1736,46