



"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор КГБ ПОУ "СПК"  
Т.В. Ядова

Меню  
на 3 февраля 2022 г.

Возрастная категория: 16 лет и старше

Прием пищи	Наименование	Вес блюда, гр	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ОБЕД	Суп с картофелем с макаронными изделиями	250	9,25	7,75	18,75	177,5
	Рис отварной	150	3,9	6,6	42	240
	Соус белый основной	50	0,5	1,05	2,75	23
	котлета рыбная	75	27	30	19,5	433,5
	Хлеб пшеничный (ржаной)	50	3,9	0,7	19	101
	Кисель	200	0,4	0	34	138
Итого за обед		775	44,95	46,1	136	1113

Меню  
на 4 февраля 2022 г.

Возрастная категория: 16 лет и старше

Прием пищи	Наименование	Вес блюда, гр	Пищевые вещества			Энергетическая
			Белки	Жиры	Углеводы	
ОБЕД	Суп рыбный (горбуша)	250	8,25	7,5	12,75	150
	Макароны отварные	150	6,6	3,9	36	205,5
	окорочок запеченный	75	4,95	2,93	27	154
	Соус основной белый	50	0,45	1,05	2,65	22
	Хлеб пшеничный (ржаной)	50	3,9	0,7	19	101
	Кофейный напиток	200	3,58	2,68	28,88	151,8
Итого за обед		775	27,73	18,8	126,28	784,3

Меню  
на 07 февраля 2022 г.

Возрастная категория: 16 лет и старше

Прием пищи	Наименование	Вес блюда, гр	Пищевые вещества			Энергетическая
			Белки	Жиры	Углеводы	
ОБЕД	Суп гороховый с курицей	250	13,75	8,75	18	207,5
	Гречка отварная рассыпчатая	100	100	3,7	2,6	17
	Гуляш из свинины	150	31,5	12,3	7,65	276
	Хлеб пшеничный (ржаной)	50	3,9	0,7	19	101
	Чай с сахаром	200	0,2	0	12	50
Итого за обед		550	149,15	25,5	47,25	601,5