



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

Меню

на **24 января** 2022 г.

Возрастная категория: 16 лет и старше

Прием пищи	Наименование	Вес блюда, гр	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			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		750	149,35	25,5	59,25	651,5

Меню

на **25 января** 2022 г.

Возрастная категория: 16 лет и старше

Прием пищи	Наименование	Вес блюда, гр	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	250	10,25	8,5	9,75	157,5
	Плов по-узбекски	250	20,75	10,2	55	397,5
	Хлеб пшеничный (ржаной)	50	3,9	0,7	19	101
	Компот из сухофруктов	200	0,4	0,2	30	122
Итого за обед		750	35,3	19,6	113,75	778