

день 7

Утверждено

Генеральный директор ОАО "ВКП"

А.Ш. Давыдов

2022 год



№ п/п	№ Рецентуры	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1	2	3	4	6	7	8	9
День 7	Завтрак:						
	15/М	Сыр полутвердый	15	3,9	3,92	0,0	50,9
	209/М	Яблоко вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,8
	174/М	Каша рисовая молочная	150/5/5	4,0	5,7	30,66	189,7
	382/М	Каша на молоке	180	3,37	2,85	14,71	98,0
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	93,0
	338/М	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
		Итого:	535	19,74	17,87	74,77	538,9
							0,00
	Обед:						
	39/М	Салат из картофеля, кукурузы консервированной, огурца соленого и моркови	60	0,9	3,14	5,27	52,94
	102/М	Суп картофельный с фасолью	200	4,39	4,22	13,23	108,46
	260/М	Туляш из говядины	90	14,77	12,3	3,14	182,34
	171/М	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,35	6,32	29,69	193,04
	342/М	Компот из свежих яблок, 180/10	180	0,14	0,14	13,51	55,86
		Хлеб пшеничный	40	2,64	0,48	15,86	78,32
		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76
	338/М	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
		Итого за Обед	840	29,17	27,2	100,16	762,12



день 8

Утверждено

Генеральный директор ООО "БКЛ"
А.Ш. Давыдов
2022 год

№ п/п	№ Рецензуры	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1	2	3	4	6	7	8	9
День 8	Завтрак:						
	14/М	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	268/М	Биточки из говядины с соусом томатным	90/30	9,89	10,64	8,53	169,4
	171/М	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,35	6,32	29,69	193,0
	378/М	Чай с молоком	180	1,45	1,25	12,38	66,6
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	93,0
	338/М	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
		Итого:	600	19,21	26,26	79,85	632,6
							0,00
	Обед:						
	49/М	Салат витаминный /2 вариант/	60	1,26	3,08	4,46	50,60
	99/М	Суп из овощей со сметаной, 200/5	205	1,43	3,95	8,66	75,91
	268/М	Биточки из говядины	90	9,89	10,64	8,53	169,44
	143/М	Рагу овощное	150	2,89	5,38	17,94	131,74
	349/М	Компот из сухофруктов, 180/10	180	0,4	0,02	20,6	84,18
		Хлеб пшеничный	40	2,64	0,48	15,86	78,32
		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76
	338/М	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40
		Итого за Обед	845	20,49	24,15	95,51	681,35



день 9



№ п/п	№ Рецентуры	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1	2	3	4	6	7	8	9
День 9	Завтрак:						
	223/М	Запеканка из творога с соусом сладким сметанным	150/50	20,95	18,33	42,87	420,3
	379/М	Напиток соевый в молоке	180	2,74	2,26	18,6	105,7
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	93,0
	338/М	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
		Итого:	520	27,13	21,39	90,59	663,4
							0,00
	Обед:						
	45/М	Салат из белокочанной капусты	60	0,93	3,05	2,6	41,57
	98/М	Суп крестьянский с рисом	200	1,74	4,95	11,7	98,31
	294/М	Биточки из индейки с соусом томатным, со.со	120	9,56	9,86	12,14	175,54
	202/М	Макаронные отварные	150	6,2	4,58	42,3	235,22
	342/М	Компот из вишни, 180/10	180	0,14	0,04	13,88	56,44
		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76
		Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,86	78,32
338/М	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,40	
	Итого за Обед	870	23,19	23,56	117,94	776,56	



день 10

Генеральный директор ОАО "ВКП" А.Ш. Давыдов
"10" 01 2022 год

№ п/п	№ Рецептуры	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1	2	3	4	6	7	8	9
Завтрак:							
	15/М	Сыр полутвердый	15	3,9	3,92	0	50,9
	232/М	Хек запеченный	90	12,09	2,56	3,38	84,9
	128/М	Картофельное пюре с маслом сливочным	150/5	3,07	8,32	32,19	215,9
	377/М	Чай с сахаром и лимоном	180/10/7	0,05	0,01	10,16	40,9
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,4	19,32	93,0
	338/М	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35,0
		Итого:	597	22,95	15,41	72,55	520,7
Обед:							
	62/М	Салат из отварной моркови с сыром	60	2,18	4,61	3,31	63,45
	85/М	Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной, 200/5	205	1,53	4,88	9,94	89,80
	232/М	Хек запеченный с соусом томатным, 90/30	120	12,09	5,61	8,46	132,69
	128/М	Картофельное пюре	150	3,27	4,71	22,03	143,59
	342/М	Компот из вишни, 180/10	180	0,14	0,04	13,88	56,44
		Хлеб пшеничный	40	2,64	0,48	15,86	78,32
		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76
	338/М	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	41,40
		Итого за Обед:	875	23,83	20,93	92,94	655,45

День 10