



день 6

Утверждено

Генеральный директор ОАО "ВКП"

А.Ш. Далиев

" 10 " 2012 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 |
| День 6 | Завтрак: | | | | | | |
| | 291/М | Плов с курицей | 150/90 | 19,11 | 19,56 | 40,69 | 415,2 |
| | 388/М | Напиток из шиповника | 180 | 0,48 | 0,2 | 16,74 | 70,7 |
| | | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,4 | 19,32 | 93,0 |
| | 338/М | Мандарин | 100 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 35,0 |
| | | Итого: | 560 | 23,43 | 20,36 | 84,25 | 614,0 |
| | Обед: | | | | | | |
| | 50/М | Салат из свеклы с сыром | 60 | 3,02 | 6,39 | 3,96 | 85,43 |
| | 88/М | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной, 200/5 | 205 | 1,95 | 5,95 | 9,12 | 97,83 |
| | 291/М | Плов с курицей | 240 | 19,11 | 19,56 | 40,69 | 415,24 |
| | 342/М | Компот из вишни, 180/10 | 180 | 0,14 | 0,04 | 13,88 | 56,44 |
| | | Хлеб ржаной | 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 | 28,84 | 33,02 | 102,97 | 824,42 |



день 7

Утверждаю

Генеральный директор ОАО "ВКП"

А.Ш. Д...

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 | Яйцо 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 | |
| | | Обед: | | | | | | 0,00 |
| | 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 | Гуляш 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 "БКП"

А.Ш. Давыдов

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 |
| 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 |
| | 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 ржаной | 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 кофейный на 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 |
| | 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, 90/30 | 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" *[Signature]*
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 | 2,50 | 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 | |
| День 10 | 85/М | Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной. | 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 | 0,14 | 0,04 | 13,88 | 56,44 | |
| | | Хлеб ржаной | 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 |

