

день 5

Согласовано  
 Директор *И.И. Кариев*  
 2022

Утверждено  
 Генеральный директор ОАО "ВКП"  
*А.Ш. Данисев*  
 "10" 01 2022 года

№ п/п	№ Рецептуры	Наименова ние блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энерге- Тическая ценность (ккал)	
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
1	2	3	4	6	7	8	9	
День 5	<b>Завтрак:</b>							
	15/М	Сыр полутвердый	15	3,9	3,92	0,0	50,9	
	232/М	Хек запеченный с соусом томатным	90/30	12,09	5,61	8,46	132,7	
	128/М	Картофельное пюре	150	3,07	4,71	22,03	142,8	
	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	
		<b>Итого:</b>	<b>622</b>	<b>22,95</b>	<b>15,85</b>	<b>67,47</b>	<b>504,3</b>	
	<b>Обед:</b>							0,00
	62/М	Салат из отварной моркови с сыром	60	2,18	4,61	3,31	63,45	
	99/М	Суп из овощей со сметаной, 200/5	205	1,43	3,95	8,66	75,91	
	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 свежих яблок, 180/10	180	0,14	0,14	13,51	55,86	
		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76	
		Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,86	78,32	
	338/М	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35,00	
		<b>Итого за Обед</b>	<b>875</b>	<b>24,13</b>	<b>19,9</b>	<b>88,99</b>	<b>631,58</b>	