



Директор
совм №3

А. А. Гусев Т. М.

день 6



Генеральный директор ОАО "ВКП"
Майя Алуджаев

" 10 " 09 ПИТА-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 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 |

Кур