



день 7

Директор *М.В. Маргусов Т.М.*  
 ССМ № 3  
 28.03 2022г



Утверждаю:  
 Генеральный директор ОАО "ВКЦ" *А.Ш. Дьянов*  
 " 01 " 2022 год

№ п/п	№ Репентуры	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	Какао 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	
		<b>Итого:</b>	<b>535</b>	<b>19,74</b>	<b>17,87</b>	<b>74,77</b>	<b>538,9</b>	
	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 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	
		<b>Итого за Обед</b>	<b>840</b>	<b>29,17</b>	<b>27,2</b>	<b>100,16</b>	<b>762,12</b>	