

16 марта														
Завтрак														
№174,сбор.2005г. под ред. Могильного	Каша вязкая молочная из риса с маслом	250/10	5,11	5,09	40,11	296,25	0,04	0,00	25,00	0,32	7,13	83,75	27,25	0,56
№14,сбор.2005г. под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское м.д.ж. не менее 72,5%	10	0,08	7,26	0,14	66,10	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02
№15,сбор.2005г. под ред. Могильного	Сыр Российский	30	6,94	8,86	0,00	107,50	0,00	0,22	78,00	1,20	264,00	150,00	10,50	0,30
№78,сбор.2021г. под ред. Перевалова	Колбаса варено-копченая	50	5,25	8,55	0,10	98,50	0,07	0,00	0,00	0,20	16,00	59,00	8,00	0,68
№457,сбор.2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200/10	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
№573,сбор.2021г. под ред. Перевалова	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	49,20	234,00	0,11	0,00	0,00	1,10	20,00	65,00	14,00	1,10
Итого завтрак:		660	25,18	30,66	98,85	840,35	0,22	0,22	143,00	2,92	314,63	368,45	63,95	3,48
2-ой завтрак														
№341,сбор. 2005 под.ред Могильного	Апельсины свежие калиброванные, 1 шт.	1/200	1,58	0,35	39,13	165,00	0,08	105,00	0,00	0,35	60,25	40,25	22,75	0,60
Итого 2-ой завтрак:		200	1,58	0,35	39,13	165,00	0,08	105,00	0,00	0,35	60,25	40,25	22,75	0,60
Обед														
№70,сбор.2005г.под ред. Могильного	Овощи натуральные соленые (помидоры)	100	0,48	0,06	1,02	6,54	0,01	3,00	0,00	0,06	13,80	14,40	8,40	0,36
№82,сбор.2012г, под ред. Могильного	Суп картофельный с макаронными изделиями	300	3,22	3,41	20,57	125,70	0,13	9,90	0,00	1,70	29,52	79,98	32,40	1,30
№268,сбор.2005г,под ред. Могильного	Котлеты из говядины	100	15,55	11,55	15,70	238,75	0,10	0,15	28,75	0,85	43,75	101,25	12,50	1,13
№321,сбор.2012г,под ред. Могильного	Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,53	164,70	0,17	21,79	30,60	0,22	44,37	103,91	33,30	121,14
№389сбор.2005г.под ред.Могильного	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,75	143,80	0,01	10,00	0,00	0,00	21,33	3,44	3,44	0,63
№575,сбор.2021г. под ред. Перевалова	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	25,70	130,50	0,06	0,00	0,00	0,70	9,50	32,50	6,50	0,60
№573,сбор.2021г. под ред. Перевалова	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	49,20	234,00	0,11	0,00	0,00	1,10	20,00	65,00	14,00	1,10
Итого обед:		1030	34,60	22,51	157,47	1043,99	0,59	44,84	59,35	4,63	182,27	400,48	110,54	126,26
Полдник														
№526,сбор.2021г. под ред. Перевалова	Оладьи	150/10	12,00	15,00	60,60	429,00	0,17	0,60	64,00	3,40	117,00	156,00	25,00	1,30
№459,сбор.2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром с лимоном	200/10/7	0,3	0,1	9,50	40	0	1	0,0	0,0	7,9	9,1	5	0,87
Итого полдник:		377	12,30	15,10	70,10	469,00	0,17	1,60	64,00	3,42	124,90	165,10	30,00	2,17
Ужин														
№70,сбор.2005г.под ред. Могильного	Овощи натуральные соленые (огурец)	100	0,80	0,20	3,20	18,00	0,06	5,27	0,00	0,20	38,33	70,00	23,33	1,20
№ 289,сбор. 2005 г.под ред.Могильного	Рагу из птицы	100/250	13,51	8,66	25,72	235,56	0,16	11,45	34,32	0,64	64,43	178,46	57,72	2,34
№495,сбор.2021г. под ред. Перевалова	Компот из сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69
№575,сбор.2021г. под ред. Перевалова	Хлеб ржано-пшеничный	100	6,40	1,30	51,40	261,00	0,12	0,00	0,00	1,40	19,00	65,00	13,00	1,20
№573,сбор.2021г. под ред. Перевалова	Хлеб пшеничный	50	4,13	0,50	24,20	117,50	0,08	0,00	0,00	0,65	11,50	43,50	16,50	1,00
Итого ужин:		730	25,44	10,76	124,62	716,06	0,43	16,92	34,32	3,29	153,36	376,16	124,95	6,43
2-ой ужин														
№ 401,сбор.2012г,под ред. Могильного	Ряженка	200	5,80	5,00	8,40	101,33	0,04	0,53	40,00	0,00	248,00	184,00	28,00	0,20
Итого 2-ой ужин:		200	5,80	5,00	8,40	101,33	0,04	0,53	40,00	0,00	248,00	184,00	28,00	0,20
Итого день:			104,90	84,38	498,57	3335,73	1,52	169,11	340,67	14,61	1083,41	1534,44	380,19	139,14