

| 11 апреля                            |                                                    |             |               |               |               |                |             |              |               |              |               |                |               |              |
|--------------------------------------|----------------------------------------------------|-------------|---------------|---------------|---------------|----------------|-------------|--------------|---------------|--------------|---------------|----------------|---------------|--------------|
| Завтрак                              |                                                    |             |               |               |               |                |             |              |               |              |               |                |               |              |
| №50, сбор.1982                       | Икра кабачковая (консерв)                          | 100         | 1,60          | 6,30          | 7,40          | 92,70          | 0,05        | 15,00        | 0,03          | 2,50         | 27,50         | 32,40          | 20,60         | 0,90         |
| №243,сбор.2005г. под ред. Могильного | Сосиски, сардельки отварные                        | 100/10      | 11,00         | 22,00         | 0,40          | 0,18           | 0,00        | 0,04         | 0,56          | 37,20        | 16,90         | 20,20          | 20,20         | 1,82         |
| №203,сбор.2005г.под ред. Могильного  | Макароны отварные с маслом                         | 180/5       | 5,70          | 6,07          | 32,00         | 225,50         | 0,040       | 0,00         | 25,0          | 0,71         | 10,63         | 32,88          | 7,13          | 0,07         |
| №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          | 0,001       | 0,00         | 40,0          | 0,10         | 2,40          | 3,00           | 0,00          | 0,02         |
| №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         |
| №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         |
| <b>Итого завтрак:</b>                |                                                    | <b>722</b>  | <b>26,28</b>  | <b>42,53</b>  | <b>98,64</b>  | <b>658,48</b>  | <b>0,20</b> | <b>16,04</b> | <b>65,59</b>  | <b>41,63</b> | <b>85,33</b>  | <b>162,58</b>  | <b>66,93</b>  | <b>4,78</b>  |
| 2-ой завтрак                         |                                                    |             |               |               |               |                |             |              |               |              |               |                |               |              |
| №338,сбор. 2005 под.ред Могильного   | Бананы свежие калиброванные 1 шт.                  | 200         | 2,90          | 0,00          | 47,20         | 200,00         | 0,08        | 18,00        | 0,00          | 0,00         | 15,00         | 52,00          | 73,00         | 0,94         |
| к/к                                  | Шоколад                                            | 25          | 1,35          | 6,83          | 13,15         | 135,00         | 0,01        | 0,00         | 0,00          | 0,00         | 1,25          | 44,50          | 5,00          | 0,68         |
| <b>Итого 2-ой завтрак:</b>           |                                                    | <b>225</b>  | <b>4,25</b>   | <b>6,83</b>   | <b>60,35</b>  | <b>335,00</b>  | <b>0,09</b> | <b>18,00</b> | <b>0,00</b>   | <b>0,00</b>  | <b>16,25</b>  | <b>96,50</b>   | <b>78,00</b>  | <b>1,62</b>  |
| Обед                                 |                                                    |             |               |               |               |                |             |              |               |              |               |                |               |              |
| №70,сбор.2005г.под ред. Могильного   | Овощи натуральные соленные (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         |
| № 82,сбор. 2005г.под ред. Могильного | Борщ с капустой и картофелем со сметаной           | 300/10      | 2,18          | 5,89          | 15,29         | 123,00         | 0,06        | 12,35        | 0,00          | 2,88         | 53,26         | 63,88          | 31,50         | 1,43         |
| №334,сбор.2021г. под ред. Перевалова | Запеканка картофельная с мясом                     | 100/200     | 34,20         | 23,55         | 25,50         | 450,00         | 0,30        | 16,50        | 39,00         | 1,65         | 45,00         | 334,50         | 66,00         | 5,16         |
| №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                               | 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         |
| <b>Итого обед:</b>                   |                                                    | <b>1060</b> | <b>48,78</b>  | <b>31,19</b>  | <b>138,99</b> | <b>1039,50</b> | <b>0,60</b> | <b>34,32</b> | <b>39,00</b>  | <b>6,93</b>  | <b>186,19</b> | <b>585,08</b>  | <b>155,73</b> | <b>10,18</b> |
| Полдник                              |                                                    |             |               |               |               |                |             |              |               |              |               |                |               |              |
| № 400,сбор.2012г,под ред. Могильного | Молоко кипяченое                                   | 200         | 6,11          | 5,44          | 10,11         | 113,33         | 0,08        | 2,73         | 42,67         | 0,00         | 252,80        | 189,60         | 29,47         | 0,21         |
| к/к                                  | Булочка "Зорька"                                   | 100         | 7,40          | 13,05         | 64,31         | 388,20         | 0,12        | 0,00         | 0,01          | 0,34         | 17,83         | 64,20          | 11,50         | 0,92         |
| <b>Итого полдник:</b>                |                                                    | <b>300</b>  | <b>13,51</b>  | <b>18,49</b>  | <b>74,42</b>  | <b>501,53</b>  | <b>0,20</b> | <b>2,73</b>  | <b>42,68</b>  | <b>0,34</b>  | <b>270,63</b> | <b>253,80</b>  | <b>40,97</b>  | <b>1,13</b>  |
| Ужин                                 |                                                    |             |               |               |               |                |             |              |               |              |               |                |               |              |
| №70,сбор.2005г.под ред. Могильного   | Овощи натуральные соленные (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         |
| №347,сбор.2021г. под ред. Перевалова | Котлета "Школьная"                                 | 100         | 15,30         | 11,00         | 13,30         | 263,00         | 0,140       | 0,00         | 30,0          | 1,40         | 50,00         | 136,00         | 21,00         | 2,07         |
| №165,сбор.2012г. под ред. Могильного | Каша пшеничная рассыпчатая с маслом                | 180/5       | 5,86          | 3,92          | 36,05         | 202,50         | 0,130       | 0,00         | 18,0          | 0,96         | 22,05         | 147,51         | 31,77         | 2,56         |
| 342 сб 2005 г. под ред. Могильного   | Компот из свежих яблок                             | 200         | 0,16          | 0,00          | 29,00         | 146,60         | 0,00        | 0,10         | 0,00          | 0,00         | 5,25          | 8,24           | 4,40          | 0,87         |
| №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         |
| <b>Итого ужин:</b>                   |                                                    | <b>750</b>  | <b>32,33</b>  | <b>16,78</b>  | <b>154,97</b> | <b>997,14</b>  | <b>0,48</b> | <b>3,10</b>  | <b>48,00</b>  | <b>4,47</b>  | <b>121,60</b> | <b>414,65</b>  | <b>95,07</b>  | <b>8,06</b>  |
| 2-ой ужин                            |                                                    |             |               |               |               |                |             |              |               |              |               |                |               |              |
| №470,сбор.2021г. под ред. Перевалова | Кефир                                              | 200         | 5,80          | 5,00          | 8,00          | 101,00         | 0,08        | 1,40         | 40,10         | 0,00         | 240,80        | 180,60         | 28,10         | 0,20         |
| <b>Итого 2-ой ужин:</b>              |                                                    | <b>200</b>  | <b>5,80</b>   | <b>5,00</b>   | <b>8,00</b>   | <b>101,00</b>  | <b>0,08</b> | <b>1,40</b>  | <b>40,10</b>  | <b>0,00</b>  | <b>240,80</b> | <b>180,60</b>  | <b>28,10</b>  | <b>0,20</b>  |
| <b>Итого день:</b>                   |                                                    |             | <b>130,95</b> | <b>120,82</b> | <b>535,37</b> | <b>3632,65</b> | <b>1,65</b> | <b>75,59</b> | <b>235,37</b> | <b>53,37</b> | <b>920,80</b> | <b>1693,21</b> | <b>464,80</b> | <b>25,97</b> |