

| 5 апреля                              |                                                    |         |        |        |        |         |       |       |        |       |         |         |        |       |
|---------------------------------------|----------------------------------------------------|---------|--------|--------|--------|---------|-------|-------|--------|-------|---------|---------|--------|-------|
| Завтрак                               |                                                    |         |        |        |        |         |       |       |        |       |         |         |        |       |
| №223,сбор.2005г.под ред. Могильного   | Запеканка из творога со сгущенным молоком          | 200/60  | 31,90  | 24,50  | 61,80  | 463,00  | 0,10  | 0,45  | 138,80 | 0,71  | 276,00  | 394,00  | 41,60  | 1,30  |
| №462,сбор.2021г. под ред. Перевалова  | Какао с молоком                                    | 200     | 3,30   | 2,90   | 13,80  | 94,00   | 0,03  | 0,70  | 19,00  | 0,01  | 111,30  | 91,10   | 22,30  | 0,65  |
| №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  |
| №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:                        |                                                    | 570     | 42,88  | 35,46  | 124,94 | 857,10  | 0,24  | 1,15  | 197,80 | 1,92  | 409,70  | 553,10  | 77,90  | 3,07  |
| 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  |
| Итого 2-ой завтрак:                   |                                                    | 225     | 4,25   | 6,83   | 60,35  | 335,00  | 0,09  | 18,00 | 0,00   | 0,00  | 16,25   | 96,50   | 78,00  | 1,62  |
| 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  |
| №109,сбор.2021г. под ред. Перевалова  | Суп-харчо                                          | 300     | 9,54   | 11,28  | 14,65  | 198,30  | 0,04  | 0,78  | 0,00   | 3,06  | 18,90   | 97,20   | 21,00  | 1,06  |
| №234,сбор. 2005г.под ред. Могильного  | Котлеты рыбные                                     | 100     | 14,80  | 18,80  | 11,60  | 274,00  | 0,09  | 1,15  | 22,50  | 1,83  | 57,00   | 218,38  | 28,38  | 0,76  |
| №310,сбор.2005 г. под ред. Могильного | Картофель отварной с маслом                        | 180/5   | 4,50   | 5,00   | 28,90  | 220,20  | 0,192 | 26,38 | 24,0   | 0,25  | 19,44   | 100,20  | 36,84  | 1,63  |
| №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  |
| Итого обед:                           |                                                    | 1035    | 41,24  | 36,83  | 153,35 | 1159,00 | 0,56  | 33,78 | 46,50  | 7,54  | 183,27  | 602,48  | 144,45 | 7,04  |
| Полдник                               |                                                    |         |        |        |        |         |       |       |        |       |         |         |        |       |
| к/к                                   | Булочка "Умница"                                   | 100     | 7,40   | 7,05   | 64,31  | 388,20  | 0,12  | 0,00  | 0,01   | 0,34  | 17,83   | 64,20   | 11,50  | 0,92  |
| № 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  |
| Итого полдник:                        |                                                    | 300     | 13,51  | 12,49  | 74,42  | 501,53  | 0,20  | 2,73  | 42,68  | 0,34  | 270,63  | 253,80  | 40,97  | 1,13  |
| Ужин                                  |                                                    |         |        |        |        |         |       |       |        |       |         |         |        |       |
| №330,сбор.2021г. под ред. Перевалова  | Плов из говядины                                   | 100/200 | 24,48  | 27,36  | 51,96  | 552,00  | 0,10  | 1,32  | 45,60  | 0,96  | 28,80   | 321,60  | 63,60  | 3,16  |
| 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  |
| Итого ужин:                           |                                                    | 695     | 35,17  | 29,16  | 156,56 | 1077,10 | 0,30  | 1,42  | 45,60  | 3,01  | 64,55   | 438,34  | 97,50  | 6,23  |
| 2-ой ужин                             |                                                    |         |        |        |        |         |       |       |        |       |         |         |        |       |
| №470,сбор.2021г. под ред. Перевалова  | Йогурт                                             | 1/200   | 6,25   | 4,00   | 3,50   | 75,00   | 0,00  | 0,75  | 0,04   | 0,00  | 152,50  | 150,00  | 18,75  | 0,13  |
| Итого 2-ой ужин:                      |                                                    | 200     | 6,25   | 4,00   | 3,50   | 75,00   | 0,00  | 0,75  | 0,04   | 0,00  | 152,50  | 150,00  | 18,75  | 0,13  |
| Итого день:                           |                                                    |         | 143,30 | 124,77 | 573,12 | 4004,73 | 1,39  | 57,83 | 332,62 | 12,81 | 1096,90 | 2094,22 | 457,57 | 19,21 |