

10 сентября														
Завтрак														
№177,сбор.2005г. под ред. Могильного	Каша рисовая с изюмом	250/10	7.67	10.26	60.63	365.38	0.11	1.63	0.06	0.34	177.94	181.00	36.75	1.10
№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
№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
№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
№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:		610	22.49	27.28	119.27	810.98	0.22	1.85	118.06	2.74	469.44	406.70	65.45	3.34
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
к/к	Конфеты шоколадные	50	3.20	17.40	27.40	273.60	0.02	0.00	0.00	0.00	2.50	29.60	5.00	0.70
Итого 2-ой завтрак:		225	4.78	17.75	66.53	438.60	0.10	105.00	0.00	0.35	62.75	69.85	27.75	1.30
Обед														
№71,сбор.2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	0.00	3.33	16.00	0.02	1.80	0.00	0.07	13.80	25.50	8.33	2.37	1.42
№ 104,сбор.2005г,под ред. Могильного	Суп картофельный с мясными фрикадельками	300/42	6.59	6.32	19.58	161.70	0.28	6.97	0.00	2.90	45.70	104.62	42.36	2.44
№290,сбор.2005г,под ред. Могильного	Птица тушеная в соусе	100/60	26.40	29.80	8.00	230.00	0.05	0.01	40.00	0.40	51.13	124.63	19.00	1.51
№203,сбор.2005г.под ред. Могильного	Макароны отварные с маслом	180/5	5.70	6.07	32.00	225.50	0.04	0.00	25.00	0.71	10.63	32.88	7.13	0.071
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	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:		1137	49.85	46.97	179.48	1128.32	2.34	7.08	65.07	19.61	167.71	376.20	95.76	8.01
Полдник														
№581,сбор.2021г. под ред. Перевалова	Пряник	100	5.90	4.70	75.00	366.00	0.08	0.00	6.00	4.70	11.00	50.00	9.00	0.80
№485,сбор.2021г. под ред. Перевалова	Кисель из сока плодового или ягодного	200	0.40	0.06	22.20	90.00	0.00	0.40	0.00	0.06	8.20	11.00	2.20	0.84
Итого полдник:		300	6.30	4.76	97.20	456.00	0.08	0.40	6.00	4.76	19.20	61.00	11.20	1.64
Ужин														
№71,сбор.2005г.под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	0.20	4.67	26.00	0.02	1.80	0.00	0.07	13.80	25.17	8.33	2.35	0.36
№281,сбор. 2012г.под ред.Могильного	Котлеты рубленные, запеченные с молочным соусом	100	11.64	12.90	9.98	263.50	0.06	0.11	48.75	0.64	63.00	133.75	23.13	1.00
№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
№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	26.64	25.23	156.21	890.72	2.24	22.10	79.42	17.11	183.14	373.69	102.68	125.39
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:			115.86	126.99	627.09	3825.95	5.01	136.96	308.55	44.57	1150.24	1471.44	330.84	139.88