

13 сентября														
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
№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
№463,сбор.2021г.под ред. Перевалова	Какао с молоком сгущенным	200	3.20	3.60	19.20	122.00	0.02	0.20	15.20	0.08	108.00	85.40	21.30	0.58
№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:		600	21.24	25.30	108.75	816.85	0.24	0.20	80.20	1.80	153.53	296.15	70.55	2.94
2-ой завтрак														
№341,сбор. 2005 под.ред Могильного	Апельсины свежие калиброванные	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														
№ 88,сбор. 2005г.под ред. Могильного	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	300/10	2.09	5.87	11.04	173.70	0.07	22.16	0.00	2.84	52.00	57.16	26.70	0.96
№260,сбор. 2005г.под ред.Могильного	Гуляш	100/100	25.79	20.38	4.95	312.50	0.06	1.39	25.0	0.83	46.50	204.63	43.50	1.980
№171,сбор.2005г. под ред. Могильного	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10.63	7.18	47.77	316.00	0.300	0.00	24.0	0.75	19.08	252.12	168.00	5.76
№352,сбор.2005г, под ред. Могильного.	Кисель из яблок свежих	200	0.30	0.00	34.50	139.20	0.02	5.60	0.06	0.06	10.20	15.48	5.04	0.42
№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:		1045	49.81	34.88	173.16	1305.90	0.62	29.15	49.06	6.28	157.28	626.89	263.74	10.82
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
№459,сбор.2021г. под ред. Перевалова	Чай с сахаром с лимоном	200/10/7	0.30	0.10	9.50	40.00	0.00	1.00	0.00	0.02	7.90	9.10	5.00	0.87
Итого полдник:		300	7.70	7.15	73.81	428.20	0.12	1.00	0.01	0.36	25.73	73.30	16.50	1.79
Ужин														
№71,сбор.2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	3.33	16.00	0.02	1.80	0.00	0.07	13.80	25.50	8.33	2.37	1.20	1.20
№76,сбор.2005г.под ред. Могильного	Сельдь с луком	100	9.31	11.00	3.64	150.71	0.02	4.00	0.00	6.78	12.40	23.20	5.60	0.32
№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	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	27.52	34.84	124.54	839.51	0.40	35.86	44.40	34.55	116.93	241.42	73.04	125.49
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 23-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:			113.65	107.52	527.79	3656.79	1.49	171.74	213.67	43.34	761.72	1462.01	474.58	141.84