

15 сентября														
Завтрак														
№181,сбор.2005г. под ред. Могильного	Каша жидкая молочная манная с маслом	250/10	3.98	4.86	26.80	230.00	0.05	0.00	250.00	0.63	10.00	34.50	6.88	0.40
№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
№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
№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:		595	21.90	24.68	89.94	731.60	0.19	0.92	387.00	3.04	407.70	343.60	53.68	2.47
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
		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
Обед														
№71,сбор.2005г.под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (помидоры)	100	26.00	0.02	1.80	0.00	0.07	13.80	25.17	8.33	2.35	0.36	19.00	0.54
№80,сбор.2012г. под ред. Могильного	Суп картофельный с крупой	300	2.62	5.27	17.15	155.40	0.13	9.90	0.00	1.50	28.80	80.04	31.98	1.16
№328,сбор.2021г. под ред. Перевалова	Жаркое по-домашнему	100/200	28.20	28.60	51.60	460.50	0.27	22.50	36.00	0.90	46.50	313.50	81.00	5.04
№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:		1005	68.50	35.62	166.20	1124.20	0.65	56.20	61.17	12.53	128.48	494.84	155.92	9.07
Полдник														
№580,сбор.2021г. под ред. Перевалова	Вафли	100	3.90	30.60	62.50	541.00	0.06	0.00	6.00	4.70	8.00	42.00	6.00	0.60
№399,сбор.2012г.под ред. Могильного	Сок фруктовый	200	1.00	0.00	20.20	85.33	0.03	4.00	0.00	0.20	14.00	14.00	8.00	2.80
Итого полдник:		100	4.90	30.60	82.70	626.33	0.09	4.00	6.00	4.90	22.00	56.00	14.00	3.40
Ужин														
№71,сбор.2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	16.00	0.02	1.80	0.00	0.07	13.80	25.50	8.33	2.37	23.33	1.20	1.20
№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
№321сб.2005г.под ред.Могильного	Капуста тушеная	180	3.76	6.67	17.30	244.00	0.06	29.90	0.00	3.54	102.00	77.20	38.20	1.46
№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
№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:		740	41.59	30.59	104.60	662.68	0.33	44.74	26.06	51.14	159.67	238.33	94.10	7.55
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
Итого 2-ой ужин:		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
Итого день:			145.59	126.49	498.64	3445.81	1.41	125.26	520.33	71.61	973.65	1365.37	418.80	23.63