

## 19 сентября

## 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	Макаронны 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
№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
№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>715</b>	<b>26,18</b>	<b>42,53</b>	<b>98,44</b>	<b>656,48</b>	<b>0,20</b>	<b>15,04</b>	<b>65,59</b>	<b>41,61</b>	<b>82,53</b>	<b>161,18</b>	<b>66,13</b>	<b>4,73</b>

## 2-ой завтрак

№338,сбор. 2005 под.ред Могильного	Яблоки свежие сезонные калиброванные, 1 шт.	200	0,80	0,67	19,70	88,70	0,04	13,30	0,00	0,00	21,30	14,80	12,00	2,90
<b>Итого 2-ой завтрак:</b>		<b>200</b>	<b>0,80</b>	<b>0,67</b>	<b>19,70</b>	<b>88,70</b>	<b>0,04</b>	<b>13,30</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>21,30</b>	<b>14,80</b>	<b>12,00</b>	<b>2,90</b>

## Обед

№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
№ 84,сбор.2005г,под ред. Могильного	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	300/10	4,25	6,12	17,44	201,90	0,11	7,55	0,00	2,92	60,30	117,52	41,40	2,05
№290,сбор.2005г,под ред. Могильного	Птица тушеная в соусе	100/60	26,4	29,8	8	230	0,05	0,01	40,0	0,40	51,13	124,6	19,0	1,51
№171,сбор.2005г. под ред. Могильного	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10,63	7,18	47,77	316	0,30	0,00	24,0	0,75	19,08	252,1	168,0	5,76
№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
<b>Итого обед:</b>		<b>1060</b>	<b>53,16</b>	<b>49,50</b>	<b>194,86</b>	<b>1256,22</b>	<b>2,44</b>	<b>17,56</b>	<b>64,07</b>	<b>19,67</b>	<b>206,51</b>	<b>603,54</b>	<b>254,69</b>	<b>12,01</b>

## Полдник

№582,сбор.2021г. под ред. Перевалова	Печенье	100	7,50	9,80	74,40	415,00	0,08	0,00	10,00	4,70	29,00	90,00	20,00	2,10
№399,сбор.2012г.под ред. Могильного	Сок фруктовый	200	1	0	20,2	85,3	0,027	4	0	0,2	14	14	8	2,80
<b>Итого полдник:</b>		<b>300</b>	<b>8,50</b>	<b>9,80</b>	<b>94,60</b>	<b>500,33</b>	<b>0,11</b>	<b>4,00</b>	<b>10,00</b>	<b>4,90</b>	<b>43,00</b>	<b>104,00</b>	<b>28,00</b>	<b>4,90</b>

## Ужин

№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	1,21
№347,сбор.2021г. под ред. Перевалова	Котлета "Школьная"	100	15,30	11,00	13,30	263,00	0,14	0,00	30,00	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	202,5	0,13	0	18	0,96	22,05	147,51	31,77	2,56
№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
<b>Итого ужин:</b>		<b>735</b>	<b>31,99</b>	<b>20,15</b>	<b>150,45</b>	<b>884,02</b>	<b>2,27</b>	<b>1,00</b>	<b>48,07</b>	<b>18,23</b>	<b>135,95</b>	<b>409,44</b>	<b>89,64</b>	<b>8,91</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>126,43</b>	<b>127,65</b>	<b>566,05</b>	<b>3486,75</b>	<b>5,13</b>	<b>52,30</b>	<b>227,83</b>	<b>84,41</b>	<b>730,09</b>	<b>1473,56</b>	<b>478,56</b>	<b>33,65</b>