

| 29 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         |
| <b>Итого завтрак:</b>                |                                                    | <b>595</b>  | <b>21,90</b>  | <b>24,68</b>  | <b>89,94</b>  | <b>731,60</b>  | <b>0,19</b> | <b>0,92</b>   | <b>387,00</b> | <b>3,04</b>  | <b>407,70</b> | <b>343,60</b>  | <b>53,68</b>  | <b>2,47</b>  |
| 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         |
|                                      |                                                    | <b>200</b>  | <b>2,90</b>   | <b>0,00</b>   | <b>47,20</b>  | <b>200,00</b>  | <b>0,08</b> | <b>18,00</b>  | <b>0,00</b>   | <b>0,00</b>  | <b>15,00</b>  | <b>52,00</b>   | <b>73,00</b>  | <b>0,94</b>  |
| 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         |
| <b>Итого обед:</b>                   |                                                    | <b>1005</b> | <b>68,50</b>  | <b>35,62</b>  | <b>166,20</b> | <b>1124,20</b> | <b>0,65</b> | <b>56,20</b>  | <b>61,17</b>  | <b>12,53</b> | <b>128,48</b> | <b>494,84</b>  | <b>155,92</b> | <b>9,07</b>  |
| 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         |
| <b>Итого полдник:</b>                |                                                    | <b>100</b>  | <b>4,90</b>   | <b>30,60</b>  | <b>82,70</b>  | <b>626,33</b>  | <b>0,09</b> | <b>4,00</b>   | <b>6,00</b>   | <b>4,90</b>  | <b>22,00</b>  | <b>56,00</b>   | <b>14,00</b>  | <b>3,40</b>  |
| 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         |
| <b>Итого ужин:</b>                   |                                                    | <b>740</b>  | <b>41,59</b>  | <b>30,59</b>  | <b>104,60</b> | <b>662,68</b>  | <b>0,33</b> | <b>44,74</b>  | <b>26,06</b>  | <b>51,14</b> | <b>159,67</b> | <b>238,33</b>  | <b>94,10</b>  | <b>7,55</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>145,59</b> | <b>126,49</b> | <b>498,64</b> | <b>3445,81</b> | <b>1,41</b> | <b>125,26</b> | <b>520,33</b> | <b>71,61</b> | <b>973,65</b> | <b>1365,37</b> | <b>418,80</b> | <b>23,63</b> |