

1 октября														
<b>Завтрак</b>														
№217,218,сбор.2005г. под ред.	Вареники ленивые отварные с маслом	200/10	28,76	21,72	30,62	436,00	0,12	0,38	140,00	0,88	190,60	306,60	37,00	1,16
№14,сбор.2005г. под ред. Могильного	масло сливочное крестьянское м.д.ж.	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
№465,сбор.2021г. под ред. Перевалова	Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,50	13,60	88,00	0,03	0,70	19,00	0,00	108,30	75,60	12,60	0,12
№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>550</b>	<b>46,18</b>	<b>41,14</b>	<b>93,56</b>	<b>931,60</b>	<b>0,26</b>	<b>1,30</b>	<b>277,00</b>	<b>3,28</b>	<b>585,30</b>	<b>600,20</b>	<b>74,10</b>	<b>2,70</b>
<b>2-ой завтрак</b>														
№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>Итого 2-й завтрак:</b>		<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>
<b>Обед</b>														
№71,сбор.2005г.под ред. Могильного	Овощи натуральные свежие (огурец)	100	0,83	0,00	3,33	16,00	0,02	1,80	0,00	0,07	13,80	25,50	8,33	2,37
№128,сбор.2021г. под ред. Перевалова	Суп-лапша домашняя	300	3,00	4,62	13,36	107,10	0,04	0,60	39,00	0,48	24,00	42,60	10,20	0,62
№294,сбор.2005г. под ред. Могильного	Котлеты рубленые из птицы	100	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	17,86
№171,сбор.2005г. под ред. Могильного	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10,63	7,18	47,77	316,0	0,3	0	24	0,75	19,08	252,12	168	5,76
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
<b>Итого обед:</b>		<b>1035</b>	<b>42,26</b>	<b>28,59</b>	<b>198,65</b>	<b>1258,70</b>	<b>0,60</b>	<b>3,80</b>	<b>111,50</b>	<b>4,40</b>	<b>133,96</b>	<b>572,82</b>	<b>229,29</b>	<b>29,18</b>
<b>Полдник</b>														
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	0,3	0,1	9,50	40	0	1	0,0	0,0	7,9	9,1	5	0,87
<b>Итого полдник:</b>		<b>317</b>	<b>7,70</b>	<b>7,15</b>	<b>73,81</b>	<b>428,20</b>	<b>0,12</b>	<b>1,00</b>	<b>0,01</b>	<b>0,36</b>	<b>25,73</b>	<b>73,30</b>	<b>16,50</b>	<b>1,79</b>
<b>Ужин</b>														
№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
№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
№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	
№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>650</b>	<b>39,33</b>	<b>35,13</b>	<b>175,40</b>	<b>929,02</b>	<b>2,27</b>	<b>22,90</b>	<b>36,07</b>	<b>16,81</b>	<b>110,37</b>	<b>441,33</b>	<b>115,05</b>	<b>8,08</b>
<b>2-ой ужин</b>														
№470,сбор.2021г. под ред. Перевалова	Йогурт	1/200	6,25	4,00	3,50	75,00	0,00	0,75	0,04	0,00	152,50	150,00	18,75	0,13
<b>Итого 2-ой ужин:</b>		<b>200</b>	<b>6,25</b>	<b>4,00</b>	<b>3,50</b>	<b>75,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,75</b>	<b>0,04</b>	<b>0,00</b>	<b>152,50</b>	<b>150,00</b>	<b>18,75</b>	<b>0,13</b>
<b>Итого день:</b>			<b>144,62</b>	<b>116,01</b>	<b>592,12</b>	<b>3822,52</b>	<b>3,33</b>	<b>47,75</b>	<b>424,62</b>	<b>24,85</b>	<b>1022,86</b>	<b>1889,65</b>	<b>526,69</b>	<b>42,82</b>