

20 октября														
Завтрак														
№231,сбор.2012г.под ред. Могильного	Сырники из творога со стуженным	200/60	28,70	23,70	43,50	435,00	0,11	0,49	108,80	4,12	292,00	425,60	48,00	1,39
№459,сбор.2021г. под ред. Первалова	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
№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
№573,сбор.2021г. под ред. Первалова	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>587</b>	<b>36,68</b>	<b>31,86</b>	<b>102,34</b>	<b>775,10</b>	<b>0,22</b>	<b>1,49</b>	<b>148,80</b>	<b>5,34</b>	<b>322,30</b>	<b>502,70</b>	<b>67,00</b>	<b>3,38</b>
2-ой завтрак														
№338,сбор. 2005 под ред Могильного	Яблоки свежие сезонные	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
к/к	Шоколад	25	1,35	6,83	13,15	135,00	0,01	0,00	0,00	0,00	1,25	44,50	5,00	0,68
<b>Итого 2-ой завтрак:</b>		<b>225</b>	<b>2,15</b>	<b>7,50</b>	<b>32,85</b>	<b>223,70</b>	<b>0,05</b>	<b>13,30</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>22,55</b>	<b>59,30</b>	<b>17,00</b>	<b>3,58</b>
Обед														
№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	1,20
№ 102,сбор.2005г,под ред. Могильного	Суп картофельный с бобовыми	300	6,59	6,32	19,58	161,70	0,28	6,97	0,00	2,90	45,70	104,62	42,36	2,44
№279 сбор.2005г.под ред.Могильного	Тефтели из говядины с соусом	100/50	18,18	20,88	22,98	353,33	0,10	1,02	85,00	1,10	57,80	203,17	40,17	1,67
№171,сбор.2005г. под ред. Могильного	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	10,63	7,18	47,77	316,00	0,30	0,00	24,00	0,75	19,08	252,12	168,00	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. Первалова	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. Первалова	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>1085</b>	<b>46,56</b>	<b>39,16</b>	<b>210,23</b>	<b>1342,15</b>	<b>2,65</b>	<b>8,09</b>	<b>109,07</b>	<b>20,35</b>	<b>182,83</b>	<b>673,98</b>	<b>277,80</b>	<b>13,64</b>
Полдник														
№530,сбор.2021г. под ред. Первалова	Ватрушка с повидлом	100	5,83	2,33	58,00	276,67	0,07	0,00	15,00	0,83	16,67	45,00	10,00	0,98
№485,сбор.2021г. под ред. Первалова	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
<b>Итого полдник:</b>		<b>300</b>	<b>6,23</b>	<b>2,39</b>	<b>80,20</b>	<b>366,67</b>	<b>0,07</b>	<b>0,40</b>	<b>15,00</b>	<b>0,89</b>	<b>24,87</b>	<b>56,00</b>	<b>12,20</b>	<b>1,82</b>
Ужин														
№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	1,21
№291,сбор.2005г. под ред. Могильного	Плов из птицы	100/200	27,38	30,44	57,31	573,75	0,075	0,08	64,8	0,31	60,38	267,30	62,64	2,78
№457,сбор.2021г. под ред. Первалова	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
№575,сбор.2021г. под ред. Первалова	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. Первалова	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>750</b>	<b>38,31</b>	<b>37,01</b>	<b>168,21</b>	<b>990,27</b>	<b>2,08</b>	<b>0,08</b>	<b>64,87</b>	<b>16,16</b>	<b>121,15</b>	<b>391,83</b>	<b>98,69</b>	<b>7,01</b>
2-ой ужин														
№470,сбор.2021г. под ред. Первалова	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>135,73</b>	<b>122,92</b>	<b>601,83</b>	<b>3798,89</b>	<b>5,14</b>	<b>24,76</b>	<b>377,84</b>	<b>42,74</b>	<b>914,50</b>	<b>1864,41</b>	<b>500,79</b>	<b>29,63</b>