

| 22 декабря                           |                                                    |             |               |               |               |                |             |              |               |              |               |                |               |              |
|--------------------------------------|----------------------------------------------------|-------------|---------------|---------------|---------------|----------------|-------------|--------------|---------------|--------------|---------------|----------------|---------------|--------------|
| Завтрак                              |                                                    |             |               |               |               |                |             |              |               |              |               |                |               |              |
| №219,сбор.2005г.под ред. Могильного  | Сырники из творога со стуженным                    | 200/30      | 28,70         | 23,70         | 43,50         | 435,00         | 0,11        | 0,49         | 108,80        | 4,12         | 292,00        | 425,60         | 48,00         | 1,39         |
| №377,сбор.2005г. под ред. Могильного | Чай с сахаром с лимоном                            | 200/15/7    | 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         |
| №15,сбор.2005г. под ред. Могильного  | Сыр Российский                                     | 30          | 8,86          | 0,00          | 107,50        | 0,00           | 0,22        | 78,00        | 1,20          | 264,00       | 150,00        | 10,50          | 0,30          |              |
| №573,сбор.2005г. под ред. Могильного | 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         |
|                                      |                                                    |             |               |               |               |                |             |              |               |              |               |                |               |              |
| <b>Итого 2-ой завтрак:</b>           |                                                    | <b>225</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 соленые (огурцы)                 | 60          | 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. Могильного | Хлеб ржано-пшеничный                               | 60          | 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. Могильного | Хлеб пшеничный                                     | 50          | 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                              |                                                    |             |               |               |               |                |             |              |               |              |               |                |               |              |
| №410,сбор.2005г. под ред. Могильного | 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         |
| №358,сбор.2005г. под ред. Могильного | 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 соленые (помидоры)               | 60          | 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         |
| №376,сбор.2005г. под ред. Могильного | Чай с сахаром                                      | 200/15      | 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. Могильного | Хлеб ржано-пшеничный                               | 60          | 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. Могильного | 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                            |                                                    |             |               |               |               |                |             |              |               |              |               |                |               |              |
| №386,сбор.2005г. под ред. Могильного | 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>134,38</b> | <b>116,09</b> | <b>588,68</b> | <b>3663,89</b> | <b>5,13</b> | <b>24,76</b> | <b>377,84</b> | <b>42,74</b> | <b>913,25</b> | <b>1819,91</b> | <b>495,79</b> | <b>28,95</b> |