

11 января

Завтрак

№223,сбор.2005г.под ред. Могильного	Запеканка из творога со сгущенным молоком	200/30	31,90	24,50	61,80	463,00	0,10	0,45	138,80	0,71	276,00	394,00	41,60	1,30
№382,сбор.2005г. под ред. Могильного	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
№14,сбор.2005г. под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское м.д.ж.	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
№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
Итого завтрак:		570	42,88	35,46	124,94	857,10	0,24	1,15	197,80	1,92	409,70	553,10	77,90	3,07

2-ой завтрак

№338,сбор. 2005 под.ред Могильного	Яблоки свежие	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
к/к	Шоколад	15	1,35	6,83	13,15	135,00	0,01	0,00	0,00	0,00	1,25	44,50	5,00	0,68
Итого 2-ой завтрак:		225	4,25	6,83	60,35	335,00	0,09	18,00	0,00	0,00	16,25	96,50	78,00	1,62

Обед

№70,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
№96,сбор.2005г. под ред. Могильного	Рассольник Ленинградский	300	9,54	11,28	14,65	198,30	0,04	0,78	0,00	3,06	18,90	97,20	21,00	1,06
№234,сбор. 2005г.под ред. Могильного	Котлеты рыбные	100	14,80	18,80	11,60	274,00	0,09	1,15	22,50	1,83	57,00	218,38	28,38	0,76
№310,сбор.2005 г. под ред. Могильного	Картофель отварной с маслом	180/5	4,50	5,00	28,90	220,20	0,192	26,38	24,0	0,25	19,44	100,20	36,84	1,63
№349,сбор.2005г. под ред. Могильного	Компот из сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00	0,01	0,20	0,00	0,40	20,10	19,20	14,40	0,69
№575,сбор.2005г. 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.2005г. 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
Итого обед:		1035	40,44	39,96	166,15	1141,02	2,30	28,51	46,57	21,14	170,44	540,81	123,49	7,04

Полдник

к/к	Вафли	50	7,40	7,05	64,31	388,20	0,12	0,00	0,01	0,34	17,83	64,20	11,50	0,92
№ 400,сбор.2012г,под ред. Могильного	Молоко кипяченое	200	6,11	5,44	10,11	113,33	0,08	2,73	42,67	0,00	252,80	189,60	29,47	0,21
Итого полдник:		300	13,51	12,49	74,42	501,53	0,20	2,73	42,68	0,34	270,63	253,80	40,97	1,13

Ужин

№265,сбор.2005г. под ред. Могильного	Плов из говядины	100/200	24,48	27,36	51,96	552,00	0,10	1,32	45,60	0,96	28,80	321,60	63,60	3,16
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.2005г. 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
№575,сбор.2005г. 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
№573,сбор.2005г. под ред. Могильного		695	35,17	29,16	156,56	1077,10	0,30	1,42	45,60	3,01	64,55	438,34	97,50	6,23

2-ой ужин

№ 401,сбор.2012г,под ред. Могильного	Ряженка	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
Итого 2-ой ужин:		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
Итого день:			142,50	127,90	585,92	3986,75	3,13	52,56	332,69	26,41	1084,07	2032,55	436,61	19,21