

30 января														
Завтрак														
№73, сбор.2005г. под ред. Могильного	Икра кабачковая (консерв)	100	1,60	6,30	7,40	92,70	0,05	15,00	0,03	2,50	27,50	32,40	20,60	0,90
№243, сбор.2005г. под ред. Могильного	Сосиски, 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
№203, сбор.2005г. под ред. Могильного	Макароны отварные с маслом	180/5	5,70	6,07	32,00	225,50	0,040	0,00	25,0	0,71	10,63	32,88	7,13	0,07
№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	0,001	0,00	40,0	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02
№376, сбор.2005г. под ред. Могильного	Чай с сахаром с лимоном	200/15/7	0,3	0,1	9,50	40	0	1	0,0	0,0	7,9	9,1	5	0,87
№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:		722	26,28	42,53	98,64	658,48	0,20	16,04	65,59	41,63	85,33	162,58	66,93	4,78
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
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														
№71, сбор.2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные соленные (огурцы)	60	3,33	16,00	0,02	1,80	0,00	0,07	13,80	25,50	8,33	2,37	23,33	1,20
№82, сбор. 2005г. под ред. Могильного	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	300/10	2,18	5,89	15,29	123,00	0,06	12,35	0,00	2,88	53,26	63,88	31,50	1,43
№284, сбор.2005г. под ред. Могильного	Запеканка картофельная с мясом	100/200	34,20	23,55	25,50	450,00	0,30	16,50	39,00	1,65	45,00	334,50	66,00	5,16
№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:		1060	51,31	46,99	135,81	1023,30	0,54	29,12	52,80	32,23	156,19	517,45	155,73	10,18
Полдник														
№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
к/к	Булочка "Зорька"	100	7,40	13,05	64,31	388,20	0,12	0,00	0,01	0,34	17,83	64,20	11,50	0,92
Итого полдник:		300	13,51	18,49	74,42	501,53	0,20	2,73	42,68	0,34	270,63	253,80	40,97	1,13
Ужин														
№70, сбор.2005г. под ред. Могильного	Овощи натуральные соленные (помидоры)	60	4,67	26,00	0,02	1,80	0,00	0,07	13,80	25,17	8,33	2,35	0,36	0,36
№347, сбор.2005г. под ред. Могильного	Котлета "Школьная"	100	15,30	11,00	13,30	263,00	0,140	0,00	30,0	1,40	50,00	136,00	21,00	2,07
№171, сбор.2005г. под ред. Могильного	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	180/5	5,86	3,92	36,05	202,50	0,130	0,00	18,0	0,96	22,05	147,51	31,77	2,56
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
№14, 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		750	36,52	42,72	153,97	992,40	0,47	0,17	61,80	29,58	116,13	402,60	87,03	8,06
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
Итого 2-ой ужин:		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
Итого день:			137,67	162,56	531,19	3611,71	1,58	67,46	262,97	103,78	885,33	1613,53	456,76	25,97