

22 февраля

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|-------------|---------------|-------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
| №174,сбор.2005г. под ред. Могильного | Каша вязкая молочная из риса с маслом | 250/10 | 5,11 | 5,09 | 40,11 | 296,25 | 0,04 | 0,00 | 25,00 | 0,32 | 7,13 | 83,75 | 27,25 | 0,56 |
| №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 | 6,94 | 8,86 | 0,00 | 107,50 | 0,00 | 0,22 | 78,00 | 1,20 | 264,00 | 150,00 | 10,50 | 0,30 |
| №376,сбор.2005г. под ред. Могильного | 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 |
| №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: | | 660 | 19,93 | 22,11 | 98,75 | 741,85 | 0,15 | 0,22 | 143,00 | 2,72 | 298,63 | 309,45 | 55,95 | 2,80 |

2-ой завтрак

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------------|---------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|-------------|---------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| №341,сбор. 2005 под ред Могильного | Яблоки свежие | 1/200 | 1,58 | 0,35 | 39,13 | 165,00 | 0,08 | 105,00 | 0,00 | 0,35 | 60,25 | 40,25 | 22,75 | 0,60 |
| Итого 2-ой завтрак: | | 200 | 1,58 | 0,35 | 39,13 | 165,00 | 0,08 | 105,00 | 0,00 | 0,35 | 60,25 | 40,25 | 22,75 | 0,60 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------|--|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| №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 | 0,36 |
| №82,сбор.2012г, под ред. Могильного | Суп картофельный с макаронными изделиями | 300 | 3,22 | 3,41 | 20,57 | 125,70 | 0,13 | 9,90 | 0,00 | 1,70 | 29,52 | 79,98 | 32,40 | 1,30 |
| №268,сбор.2005г,под ред. Могильного | Котлеты из говядины | 100 | 15,55 | 11,55 | 15,70 | 238,75 | 0,10 | 0,15 | 28,75 | 0,85 | 43,75 | 101,25 | 12,50 | 1,13 |
| №321,сбор.2012г,под ред. Могильного | Пюре картофельное | 180/5 | 3,67 | 5,76 | 24,53 | 164,70 | 0,17 | 21,79 | 30,60 | 0,22 | 44,37 | 103,91 | 33,30 | 121,14 |
| №389сбор.2005г.под ред.Могильного | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,68 | 0,28 | 20,75 | 143,80 | 0,01 | 10,00 | 0,00 | 0,00 | 21,33 | 3,44 | 3,44 | 0,63 |
| №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 |
| Итого обед: | | 1030 | 34,32 | 27,12 | 182,45 | 1037,47 | 2,38 | 41,84 | 59,42 | 18,37 | 193,64 | 394,41 | 104,49 | 126,26 |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------|-------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|-------------|--------------|-------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
| №526,сбор.2021г. под ред. Перевалова | Оладьи | 150/10 | 12,00 | 15,00 | 60,60 | 429,00 | 0,17 | 0,60 | 64,00 | 3,40 | 117,00 | 156,00 | 25,00 | 1,30 |
| №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 |
| Итого полдник: | | 377 | 12,30 | 15,10 | 70,10 | 469,00 | 0,17 | 1,60 | 64,00 | 3,42 | 124,90 | 165,10 | 30,00 | 2,17 |

Ужин

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------------------------------|------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
| №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 |
| № 289,сбор. 2005 г.под ред.Могильного | Рагу из птицы | 100/250 | 13,51 | 8,66 | 25,72 | 235,56 | 0,16 | 11,45 | 34,32 | 0,64 | 64,43 | 178,46 | 57,72 | 2,34 |
| №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.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 |
| Итого ужин: | | 730 | 24,64 | 13,89 | 137,42 | 698,08 | 2,17 | 11,65 | 34,39 | 16,89 | 140,53 | 314,49 | 103,99 | 6,43 |

2-ой ужин

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------|---------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|---------------|---------------|--------------|----------------|----------------|---------------|---------------|
| № 401,сбор.2012г,под ред. Могильного | Ряженка | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,40 | 101,33 | 0,04 | 0,53 | 40,00 | 0,00 | 248,00 | 184,00 | 28,00 | 0,20 |
| Итого 2-ой ужин: | | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,40 | 101,33 | 0,04 | 0,53 | 40,00 | 0,00 | 248,00 | 184,00 | 28,00 | 0,20 |
| Итого день: | | | 98,57 | 83,57 | 536,25 | 3212,73 | 4,98 | 160,84 | 340,81 | 41,75 | 1065,95 | 1407,70 | 345,18 | 138,45 |