|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **30.01.2023** | | | | | | | | | | | | |
| **завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| 180/2014 | каша манная молочная жидкая | 200/5 | 5,07 | 7,87 | 23,47 | 184 | 127,27 | 17,43 | 0,32 | 0,05 | 0,16 | 0,55 |
| 272/2014 | какао с молоком | 200 | 3,2 | 3,07 | 13,6 | 92 | 108,12 | 19,57 | 0,49 | 0,03 | 0,12 | 0,52 |
|  | хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,36 | 19,88 | 90,4 | 10,4 | 14 | 0,64 | 0,06 | 0,03 | 0 |
| 46/2008 | сыр | 10 | 2,34 | 3 | 0 | 37,1 | 100 | 4,7 | 0,06 | 0 | 0,03 | 0,16 |
|  | груша | 100 | 0,4 | 0,3 | 10,3 | 47 | 19 | 12 | 2,3 | 0 | 0 | 5 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **итого за завтрак** | |  | **14,05** | **14,60** | **67,25** | **450,50** | **364,79** | **67,70** | **3,81** | **0,14** | **0,34** | **6,23** |
| **итого завтрак в %** | |  | **104** | **97** | **103** | **100** | **162** | **135** | **152** | **62** | **136** | **50** |
| **обед** | | | | | | | | | | | | |
| 49/2008 | помидор порционно | 60 | 0,36 | 0 | 2,52 | 11,4 | 6 | 6,6 | 0,16 | 0,02 | 0,05 | 8,22 |
| 53/2014 | борщ с капустой и картофелем | 200/8 | 1,4 | 4,1 | 9,4 | 79 | 23,61 | 16,29 | 0,77 | 0,03 | 0,04 | 6,38 |
| 137/2014 | картофельное пюре | 150 | 3,1 | 4,6 | 20,1 | 137 | 35,62 | 28,6 | 1,04 | 0,12 | 0,1 | 10,4 |
| 97/2014 | зразы "Школьные" | 70/6 | 9,57 | 11,67 | 9,57 | 182 | 18,17 | 19,8 | 1,13 | 0,06 | 0,12 | 0,58 |
| 276/2014 | компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,84 | 0,05 | 24,72 | 98,4 | 25,82 | 16,44 | 0,55 | 0,01 | 0,02 | 0,29 |
|  | хлеб ржаной | 50 | 3,4 | 0,6 | 23,2 | 107,5 | 15 | 23 | 1,15 | 0,08 | 0,05 | 0 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **итого за обед** | |  | **18,67** | **21,02** | **89,51** | **615,30** | **124,22** | **110,73** | **4,80** | **0,32** | **0,38** | **25,87** |
| **итого обед в %** | |  | **99** | **100** | **98** | **98** | **39** | **158** | **137** | **102** | **109** | **148** |
| **полдник** | | | | | | | | | | | | |
|  | йогурт | 200 | 5,6 | 5 | 20,4 | 152 | 230 | 22 | 0,08 | 0,09 | 0,47 | 1,6 |
| 240/2012 | пирожки печеные с капустой | 50 | 3,15 | 3,95 | 16,50 | 115,00 | 6,28 | 3,70 | 0,33 | 0,03 | 0,03 | 0,00 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **итого за полдник** | |  | **8,75** | **8,95** | **36,90** | **267,00** | **236,28** | **25,70** | **0,41** | **0,12** | **0,50** | **1,60** |
| **итого за полдник в %** | |  | **108** | **99** | **94** | **99** | **175** | **86** | **27** | **89** | **330** | **21** |
| **итого за 1 день** | | | **41,47** | **44,57** | **193,66** | **1332,80** | **725,29** | **204,13** | **9,02** | **0,58** | **1,22** | **33,70** |
| **итого за 1 день в %** | | | **102** | **99** | **99** | **99** | **107** | **136** | **120** | **86** | **162** | **90** |