|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **22.01.2024** | | | | | | | | | | | | |
| **завтрак** | | | | | | | | | | | | |
| 189/2014 | каша молочная "Дружба" | 180/5 | 5,63 | 7,31 | 30,12 | 209 | 114,38 | 33,63 | 0,72 | 0,11 | 0,14 | 0,47 |
| 277/2014 | компот из свежих плодов | 200 | 0,2 | 0,1 | 17,2 | 68 | 6,03 | 3,13 | 0,8 | 0,01 | 0,01 | 1,6 |
|  | хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,36 | 19,88 | 90,4 | 10,4 | 14 | 0,64 | 0,06 | 0,03 | 0 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **итого за завтрак** | |  | **8,87** | **7,77** | **67,20** | **367,40** | **130,81** | **50,76** | **2,16** | **0,18** | **0,18** | **2,07** |
| **итого завтрак в %** | |  | **66** | **52** | **103** | **82** | **58** | **102** | **86** | **80** | **72** | **17** |
| **обед** | | | | | | | | | | | | |
| 13/2014 | салат из свежих помидоров и огурцов | 60 | 0,45 | 2,85 | 2,25 | 36 | 9 | 7,25 | 0,33 | 0,02 | 0,02 | 3,42 |
| 55/2014 | суп картофельный | 200 | 3,9 | 3,5 | 14,8 | 108 | 12,29 | 21,71 | 0,82 | 0,08 | 0,06 | 7,71 |
| 138/2014 | картофель тушеный | 150 | 3,3 | 4,9 | 14,1 | 113 | 76,95 | 29,5 | 1,13 | 0,05 | 0,06 | 24,7 |
| 82/2014 | тефтели рыбные | 70/30 | 10,92 | 9,38 | 12,32 | 177,8 | 25,94 | 19,18 | 0,69 | 0,1 | 0,08 | 2,66 |
| 268/2014 | чай с лимоном и сахаром | 200 | 0,13 | 0,04 | 6,27 | 25,33 | 2,63 | 0,73 | 0,08 | 0 | 0 | 1,12 |
|  | хлеб ржаной | 30 | 2,04 | 0,36 | 13,92 | 64,5 | 9 | 13,8 | 0,69 | 0,048 | 0,027 | 0 |
|  | хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 | 7,8 | 10,5 | 0,48 | 0,05 | 0,02 | 0 |
| **итого за обед** | |  | **23,02** | **21,30** | **78,57** | **592,43** | **143,61** | **102,67** | **4,22** | **0,35** | **0,27** | **39,61** |
| **итого обед в %** | |  | **122** | **101** | **86** | **94** | **46** | **147** | **121** | **110** | **76** | **226** |
| **полдник** | | | | | | | | | | | | |
| 266/2012 | корж молочный | 50 | 3,35 | 5,55 | 30,8 | 185,5 | 12,03 | 4,79 | 0,4 | 0,04 | 0,03 | 0,03 |
| 295/2012 | кисель из повидла | 180 | 0,09 | 0 | 34,47 | 133,2 | 6,88 | 2,02 | 0,41 | 0 | 0,01 | 0,14 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **итого за полдник** | |  | **3,44** | **5,55** | **65,27** | **318,70** | **18,91** | **6,81** | **0,81** | **0,04** | **0,04** | **0,17** |
| **итого за полдник в %** | |  | **42** | **62** | **167** | **118** | **14** | **23** | **54** | **30** | **27** | **2** |
| **итого за 5 день** | | | **35,33** | **34,62** | **211,04** | **1278,53** | **293,33** | **160,24** | **7,19** | **0,57** | **0,49** | **41,85** |
| **итого за 5 день в %** | | | **87** | **77** | **108** | **95** | **43** | **107** | **96** | **84** | **65** | **112** |