|  |
| --- |
| **20.10.2023** |
| **завтрак** |
| 183/2014 | каша манная молочная жидкая | 180/5 | 4,56 | 7,08 | 21,12 | 165,6 | 114,54 | 15,69 | 0,29 | 0,05 | 0,14 | 0,5 |
| 266/2014 | чай с сахаром | 200 | 0,13 | 0,03 | 6,13 | 24 | 0,17 | 0 | 0,01 | 0 | 0 | 0 |
|   | хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,36 | 19,88 | 90,4 | 10,4 | 14 | 0,64 | 0,06 | 0,03 | 0 |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| **итого за завтрак** |  | **7,73** | **7,47** | **47,13** | **280,00** | **125,11** | **29,69** | **0,94** | **0,11** | **0,17** | **0,50** |
| **итого завтрак в %** |  | **57** | **50** | **72** | **62** | **56** | **59** | **38** | **49** | **68** | **4** |
| **обед** |
| 20/2014 | салат из моркови с яблоками | 60 | 0,5 | 2,1 | 5 | 40 | 11,49 | 13,86 | 0,48 | 0,02 | 0,02 | 1,26 |
| 64/2014 | суп из овощей | 180 | 1,35 | 3,06 | 7,74 | 64,8 | 15,79 | 14,76 | 0,55 | 0,05 | 0,04 | 6,14 |
| 164/2014 | каша рассыпчатая гречневая | 130/3 | 7,28 | 4,68 | 29,99 | 194,13 | 11,18 | 105,59 | 3,62 | 0,16 | 0,1 | 0 |
| 93/2014 | котлеты, биточки, шницели 1 вариант | 70/7 | 11 | 15,2 | 10,9 | 225 | 29,19 | 22,1 | 1,03 | 0,05 | 0,1 | 0,07 |
| 272/2014 | какао с молоком | 180 | 2,88 | 2,76 | 12,24 | 82,8 | 97,31 | 17,62 | 0,44 | 0,02 | 0,11 | 0,47 |
|   | хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,27 | 14,91 | 67,8 | 7,8 | 10,5 | 0,48 | 0,05 | 0,02 | 0 |
|   | хлеб ржаной | 30 | 2,04 | 0,36 | 13,92 | 64,5 | 9 | 13,8 | 0,69 | 0,048 | 0,027 | 0 |
| **итого за обед** |  | **27,33** | **28,43** | **94,70** | **739,03** | **181,76** | **198,23** | **7,29** | **0,40** | **0,42** | **7,94** |
| **итого обед в %** |  | **145** | **135** | **104** | **117** | **58** | **283** | **208** | **126** | **119** | **45** |
| **полдник** |
| 221/2004 | оладьи с повидлом | 70/10 | 2,45 | 3,9 | 30,1 | 176 | 4,4 | 2,59 | 0,23 | 0,02 | 0,02 | 0 |
| 277/2014 | компот из свежих плодов | 180 | 0,18 | 0,09 | 15,48 | 61,2 | 5,43 | 2,82 | 0,72 | 0,01 | 0,01 | 1,44 |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| **итого за полдник** |  | **2,63** | **3,99** | **45,58** | **237,20** | **9,83** | **5,41** | **0,95** | **0,03** | **0,03** | **1,44** |
| **итого за полдник в %** |  | **32** | **44** | **116** | **88** | **7** | **18** | **63** | **22** | **20** | **19** |
| **итого за 6 день**  | **37,69** | **39,89** | **187,41** | **1256,23** | **316,70** | **233,33** | **9,18** | **0,54** | **0,62** | **9,88** |
| **итого за 6 день в %** | **93** | **89** | **96** | **93** | **47** | **156** | **122** | **80** | **82** | **26** |