

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140	0,00	0,00	0,00	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,24	1,46	0,34	15,52
ГОВЯДИНА Б/К	28,436	24	4,33	3,72	0,00	50,75
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,92	0,875	0,03	0,00	0,07	0,42
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200		12,54	11,25	30,40	288,14
КАРТОФЕЛЬ	255,6	191,7	3,72	0,75	30,31	143,18
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,33	3,33	0,43	0,00	1,99	9,65
ГОВЯДИНА Б/К	90	66,7	12,04	10,35	0,00	141,05
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0,02	2,64	0,03	23,94
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,83	13,3	0,18	0,03	1,06	5,29
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7	0,01	1,36	0,01	12,34
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7	0,01	1,36	0,01	12,34
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180		0,00	0,00	6,78	27,09
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
КЛЮКВА ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	15	15	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	219,4	219,4	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		1,99	0,26	12,72	61,19
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,25	0,87	15,42	78,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2,25	0,87	15,42	78,60
			19,36	20,29	83,22	599,87
Полдник						
РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ	70		6,01	3,54	15,88	131,18
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	64,429	62	9,62	0,36	0,00	41,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12,25	12,25	0,89	0,35	6,11	31,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,625	16,625	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,42	8,75	0,12	0,02	0,70	3,48
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,556	1,556	0,00	1,50	0,00	13,57
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,096 шт.	3,864	0,48	0,43	0,03	5,89
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,625	2,625	0,34	0,00	1,56	7,60
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,625	2,625	0,00	2,54	0,00	22,89
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К,	130		2,94	8,67	19,17	167,05
КАРТОФЕЛЬ	117,33	88	1,71	0,34	13,91	65,73
МОРКОВЬ	18,75	15	0,19	0,02	1,01	5,09
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	18,75	15	0,26	0,02	0,69	4,07
КАРТОФЕЛЬ	18,16	13,62	0,26	0,05	2,15	10,18
РЕПА	20,27	15	0,22	0,02	0,90	4,66
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	9,1	9,1	0,25	0,22	0,43	4,76
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,05	8,00	0,08	72,56
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35		2,32	0,31	14,84	71,39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35	2,32	0,31	14,84	71,39
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180		0,76	0,05	14,20	60,85
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,6	183,6	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	7	7	0,00	0,00	6,78	27,09
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	15	15	0,76	0,05	7,42	33,76
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	60		4,28	6,27	21,10	156,04

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,84	0,84	0,00	0,81	0,00	7,32
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,36	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8	0,00	0,00	1,75	6,96
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,36	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,75	0,75	0,10	0,02	0,02	0,56
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,052 шт.	2,093	0,26	0,23	0,01	3,10
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2	0,13	0,02	0,81	3,89
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,38	0,36	0,01	0,00	0,03	0,17
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,026 шт.	1,047	0,13	0,12	0,01	1,59
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,24	0,24	0,00	0,23	0,00	2,10
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,058 шт.	2,335	0,29	0,26	0,02	3,56
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,92	1,92	0,00	1,86	0,00	16,74
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,64	2,64	0,01	2,11	0,02	19,16
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6,48	6,48	0,00	0,00	0,00	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	24,3	24,3	2,54	0,31	16,48	78,73
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40,5	32,4	0,56	0,03	1,47	8,80
			16,31	18,84	85,19	586,51
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,26	56,14	234,38	1 637,30