

Наполова О.Г

Наполова О.Г

[illegible][illegible]

манный с гр	с смет	180	2,95	4,8	6,87	94,49	15,54	180	3,68	7,07	8,58	131,23	19,41	37
азу по татарски		180	12,13	9,64	23,76	227,87	1,35	200	13,48	10,72	26,44	253,19	1,5	375
компот сф		150	0,33	0,015	20,82	84,75	0,3	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	162
кисель		150	0,4	0,4	9,8	144	10	200	0,4	0,4	9,8	144	10	230
ужин														
царский пирог		180	5,7	6,1	19	144,8	0,7	200	5,7	6,1	19	144,8	0,7	55
чай слад		150	0,04	0	9,1	35	1,6	200	0,04	0	12,13	47	2	154
хлеб пшен		30	1,5	0,1	10	47,4	0	50	2,5	0,16	16,6	79	0	1
хлеб рж		40	2,64	0,4	16,08	76	0	50	3,3	0,5	20,1	95	0	3
итого			34.61	36.93	198.84	1358.55	39.76		42.15	43.41	246	1527.93	47.72	
3 день														
каша кукурузная		180	7	5,7	35,1	211,1	0,9	200	7	5,7	35,1	211,1	0,9	92
масло хлеб сыр		30	2,37	2,46	14,97	86,27	0	30	2,37	2,46	14,97	86,27	0	178
чай с сахаром		150	3,6	3,7	14,9	101,9	0,6	200	4,8	4,9	19,87	135,86	0,8	150
обед														
щи мк/б смет		180	1,8	2	12,24	94,34	5,94	180	2,5	2,8	17	103,25	8,25	51
плов с мясом		160	14,7	14,97	39	337,28	1,01	190	16,54	18,2	45,62	401,03	1,32	76
напиток шиповника		150	0,61	0,038	19,63	72,39	0,6	200	0,63	0,042	19,72	72,45	0,6	157
зеленый горошек		30	0.65	3,60	2,80	48,20	2,8	40	0.75	3,60	3,10	47,6	3	65
яблоко		100	0,4	0,4	9,8	64	10	100	0,4	0,4	9,8	64	10	230
ужин														
уха из свежей рыбы		160	14,7	14,97	39	337,28	1,01	190	16,54	18,2	45,62	401,03	1,32	76
чай сл		150	0	0	8,98	30	0	200	0	0	11,98	43	0	148
хлеб пшен		30	1,5	0,1	10	47,4	0	50	2,5	0,16	16,6	79	0	1

хлеб рж		40	2,64	0,4	16,08	76	0	50	3,3	0,5	20,1	95	0	3
итого			47.95	48,34	222,50	1506,16	22,86	0	56.03	56,96	259,48	1739,59	24,87	
4 день														
каша ячневая		180	4,3	5,26	15,3	125,7	0,9	200	5,38	6,58	19,13	157,3	0,9	
хлеб с мас		30,5	2,4	7,5	15,2	137,1	0	30,6	2,4	8,5	15,2	139,6	0	7
какао		150	3,1	3,1	17,1	103,5	0	200	4,1	4,1	22,8	138	0	153
обед														
рассольник мк/б смет		180	3,38	5,2	11,03	116,11	7,97	200	4,22	6,5	13,77	145	9,95	34
капуста тушенная		120	3,9	6	25,7	170,2	12,5	150	4,9	7,5	32,12	212,75	15,62	109
котлета мяс		90	10,25	7,052	3,82	119,9	0	100	11,18	7,69	4,13	13,08	0	43
компот яблоко мандарин		150	0,24	0	19	72,79	5,7	200	0,32	0	25,3	97,1	0	164
отвар шиповника		150	0,18	0,08	13,75	75	11	200	0,24	0,1	18,33	100	15	158
ужин														
суп мол вермиш		180	5,7	6,1	19	144,8	0,7	200	5,7	6,1	19	144,8	0,7	55
чай п/сл		150	0,04	0	9,1	35	1,6	200	0,04	0	12,13	47	2	154
рогалик с повидлом		50	3,61	4,94	35,87	193,44	0,2	60	4,33	5,93	46,04	232,12	0,25	149
хлеб пшен		30	1,5	0,1	10	47,4	0	50	2,5	0,16	16,6	79	0	1
хлеб рж		40	2,64	0,4	16,08	76	0	50	3,3	0,5	20,1	95	0	3
итого			36.56	29.30	231.23	1206.09	75.07		45.91	35.74	295.24	1500.54	81.59	.
5 день														
каша рисовая		180	6,21	7,73	27,71	201	1,95	200	6,21	7,73	27,71	201	1,95	86
хлеб.масло		30,50	2,4	7,5	15,2	137,1	0	30,6	2,4	8,5	15,2	139,6	0	7
чай с молоком		150	3,1	3,1	17,1	103,5	0	200	4,1	4,1	22,8	138	0	153
обед														
борщ мк/б смет		180	4,28	6,54	8,30	98,32	0,30	180	7,54	9,08	11,53	122,67	0,30	40

[illegible]

суп фасолевый			150	3,38	5,2	11,03	116,11	7,97	180	4,22	6,5	13,77	145	9,95	36
гречка отвар			120	3,9	6	25,7	170,2	12,5	150	4,9	7,5	32,12	212,75	15,62	109
котлета мяс			60	12,7	13,4	3,97	188,43	0	70	14,54	15,37	4,5	215,34	0	106
компот сф			150	0,61	0,038	19,63	72,39	0,6	200	0,63	0,042	19,72	72,45	0,6	157
зелен гор			40	0,65	3,60	2,80	48,20	2,8	40	0,75	3,60	3,10	47,6	3	65
молоко			150	0,09	0,07	20,25	82,05	1,35	200	0,12	0,1	27	109,4	1,8	384
ужин															
пудинг творожный		с	140	13,78	18,23	39,39	346,64	0,27	150	16,78	22,19	44,78	422	0,33	106
сл мол соус			30	0,9	2,4	6,7	50,8	0	40	1,2	3,2	8,9	67,7	0	174
чай с лимоном			150	0,04	0	9,1	35	1,6	200	0,04	0	12,13	47	2	154

[illegible]

[illegible]

итог				40.22	39,94	247,39	1441,95	34,55		46.65	49,50	314,69	1817,64	50,01	
за 10 дней				436.08	445.45	2181.415	1423330	306.58		556.18	519.63	2803.06	1798310	357.08	
ср в день				43.60	44.54	218.1415	142333	30.658		55.618	51.963	280.306	179831	35.708	