

30 октября

Вариант 1

№1		Наименование	Цена	Масса	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
1	54-167/2022н	Каша "Дружба" молочная из смеси рисовой и пшеничной крупы	200	36,00	221	6	11	24
2	396/2017м	Блинчики (оладьи) с молоком сгущенным	70	27,00	141	5	5	19
3	382/2017м	Какао с молоком	200	15,00	119	4	4	18
4	338/2017м	хлеб пшеничный	30	5,00	70	2	0	14
5	701/2010м	фрукт свежий (яблоко)	100	22,00	47	0	0	10
ИТОГО			105					

7 ноября

Вариант- 2

№2		Наименование	Цена	Масса	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
1	47/2017м	Капуста квашеная	25	60	1,02	3	5,07	52,5
2	77/1/2022/54-3сс/2022н	котлета рыбная с соусом	40	120	12,3	8,9	6,21	156,9
3	125/2017М	картофель отварной с маслом	19	150	3,03	5,94	20,98	157,50
4	701/2010м	хлеб пшеничный	5	30	2,37	0,3	14,49	70,14
5	349/2017м	компот из сухофруктов	16	200	0,66	0,09	32,03	132,8
ИТОГО			105					

8 ноября

Вариант-3

№3		Наименование	Цена	Масса	Белки	Жиры	Углев	Ккал.
1	70/71/2017М	овощи в нарезке по сезону (огурец)	25	60	0,67	0,12	2,16	13,2
2	77-2/2022/332/2017м	Котлета куриная с соусом	45	120	10,18	11,33	7,07	147,85
3	203/2017м	макароньы отварные с маслом	15	200	5,4	4,9	32,8	196,8
4	377/2017М	чай с сахаром и лимоном	15	30	0,13	0,02	15,2	62
5	701/2010М	хлеб пшеничный	5	90/20	2,37	0,3	14,49	70,14
ИТОГО			105					

9 ноября

Вариант 4

№4		Наименование	Цена	Масса	Белки	Жиры	Углев	Ккал.
1	182/2017м	Каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с маслом и сахаром	38	200	7,25	10,26	30,5	233,34
2	209/2017м	Яйцо вареное вкрутую	25	40	5,08	4,60	0,28	63,00
3	338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	22	100	0,40	0,40	9,80	47,00
4	701/2010м	хлеб пшеничный	5	30	2,37	0,3	14,49	70,14
5	376/2017м	чай с сахаром	15	200	0,07	0,02	15	60
ИТОГО			105					

10 ноября

Вариант 5

№5		Наименование	Цена	Масса	Белки	Жиры	Углев	Ккал.
1	246/2017м	Гуляш из отварного мяса	40	90	8,36	10,08	3,27	137,24
2	171/2017м	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	15	150	8,3	6,30	36	233,7
3	389/2017м	Сок фруктовый	20	200	1	0	24,62	136,48
4	701/2010м	хлеб пшеничный	5	50	3,95	0,5	24,15	116,9
5	70/7172017м	овощи по сезону (помидор)	25	60	0,66	0,12	2,15	13,2
ИТОГО			105					