

15 января

Вариант 6

№6		Наименование	Цена	Масса	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
1	183/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	36	200	9,05	11,36	31,3	263,64
2	П.Т	сдобное изделие сладкое	27	45	7,20	8,90	15,80	171,80
3	338/2017.ЗД	фрукт свежий (яблоко)	22	100	0,40	0,40	9,80	47,00
4	701/2010м	Хлеб пшеничный	5	40	3,16	0,4	19,32	93,52
5	377/2017М	чай с сахаром и лимоном	15	200	0,13	0,02	15,2	62
ИТОГО			93,51					

16 января

Вариант -7

№7		Наименование	Цена	Масса	Белки	Жиры	Углев	Ккал.
1	70/71/2017 м	Овощи в нарезке по сезону (помидор)	24	60	0,66	0,12	2,16	13,2
2	70/3/2022-331/2017м	Котлеты домашние с соусом	45	100/20	8,32	13,15	7,17	180,62
3	203/2017М	макароны отварные с маслом	15	150	5,40	4,90	32,80	196,80
4	349/2017м	компот из сухофруктов	16	200	0,66	0,09	32,03	132,8
5	701/2010м	хлеб пшеничный	5	30	2,37	0,3	14,49	70,14
ИТОГО			105					

17 января

Вариант -8

№8		Наименование	Цена	Масса	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
1	70/71/2017м	Овощи по сезону натуральные в нарезке (огурец)	25	60	0,48	0,06	1,02	6
2	77/6/2022	Котлеты мяскокапустные	40	100	9,93	12,66	5,76	176,70
3	54-21г/2022н	Горошница	20	150	5,33	6,33	28,6	192,69
4	377/2017М	чай с сахаром и лимоном	15	200	0,13	0,02	15,2	62
5	701/2010м	хлеб пшеничный	5	50	3,85	1,20	26,70	133,00
ИТОГО			105					

18 января

Вариант-9

№9		Наименование	Цена	Масса	Белки	Жиры	Углев	Ккал.
1	131/2017М	овощи консервированные (зеленый горошек)	25	60	1,35	0,18	7,92	38,52
2	332/2017м	Биточки, котлета куриная с соусом	45	100/20	10,18	11,33	7,07	147,85
3	171/2017М	каша гречневая рассыпчатая с маслом	15	150	8,30	6,30	36,00	233,70
4	376/2017м	чай с сахаром	15	200	0,07	0,02	15	60
5	701/2010М	хлеб пшеничный	5	30	2,37	0,3	14,49	70,14
ИТОГО			105					

19 января

Вариант- 10

№10		Наименование	Цена	Масса	Белки	Жиры	Углев.	Ккал
1	67/2017	Винегрет овощной	25	60	0,78	2,70	4,62	45,60
2	77/4/2022	печеночные котлеты	41	100/5	12,83	12,97	10,27	209,13
3	125/2017м	картофель отварной с маслом	19	150	3,03	5,94	20,98	157,50
4	701/2010м	хлеб пшеничный	5	50	3,95	0,5	24,15	116,90
5	377/2017м	чай с сахаром и лимоном	15	200	0,13	0,02	15,2	62
ИТОГО			105					