

6 ДЕНЬ

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В ₁	А	С	Са	Р	Mg	Fe			
	Фрукт свежий (Груша)	100	0	0	10	47	0,02	0	5	19	16	12	0			
170/2005	Борщ из свежей капусты с картофелем	250	2,52	4,65	19,12	150	0,06		10,29	44,38	53,23	26,25	1,19			
679/2005	Каша перловая рассыпчатая	150	4,79	4,26	30,9	187,04	0,12	0,02		39,14	168	0,02	1,1			
	Сосиска отварная (говяжья)	50/штг	6	11,6	0,67	132	0,9	0	0	0,35	1,59	0,2	0,2			
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,04	0	26,69	107,44	0	0	0,41	41,14	29,2	22,96	0,68			
	Хлеб пшеничный	40	5	1	24	122	0,18	0	0	14,5	45	10	0			
	Йогурт 7,5%	115/1	1,8	7,5	18,7	164,5	0,02	0	2	1,5	2,58	0,7	0			
	ИТОГО:		21,15	29,01	130,08	909,98										