3ДЕНЬ														
Комплексный обед														
№ рецептуры	**Наименование блюд**	**Масса, г**	**Пищевые вещества**			**Энергети-ческая ценность, ккал**	**Витамины, мг**			**Минеральные вещества, мг**			
			Б	**Ж**	**У**		**Bi**	**A**	**C**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**
	Фрукт свежий (Груша)	100	1,9	7,5	16,4	172,5	0	0	0	0	0	0	0
	Суп рисовый с томатом	250	4,8	5,5	16	129	0,1	0	8,33	38	88	36	1,02
244 2010	Минтай запеченный с овощами	75/75	13,87	7,85	6,53	150	од	0,01	3,35	52,11	238,46	59,77	0,96
355 2005	Рис отварной	150	3,6	5,85	28,35	180	0,045	0,045	0,113	1,755	89	27,98	0,765
	Чай с лимоном	200	0,5	0,1	26,5	41,6	0	0	0,7	0,18	0	0,12	0,2
	Хлеб пшеничный	40	5	1	24	122	0,18	0	0	14,5	45	10	0
	ИТОГО:		41,87	22,57	91,56	667,69							