

11 ДЕНЬ

Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	Y		В1	А	С	Са	Р	Mg	Fe
	Фрукт свежий (Груша)	100	0	0	10		47	0,02	0	5	19	16	12	0
200 2005	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,28	16,33		134,75	0,1	0	8,33	38,08	87,18	35,3	2,03
637 2005	Птица отварная	80	16,88	10,88	0		165	0,03	16	0	31,2	114,4	16	1,44
679 2005	Каша пшеничная рассыпчатая	100	4,95	3,28	26,45		160,28	0,11	0,02	0	1,22	121	0,03	2,43
686 2005	Компот из кураги	200	1,04	0	26,69		107,44	0	0	0,41	41,14	29,2	22,96	0,68
	Пряник пром.производства	50	2,2	1,45	38,55		166,5	0						
	Хлеб пшеничный	40	5	1	24		122	0,18	0	0	14,5	45	10	0
	ИТОГО:		33,36	20,44	103,47		736,47							