

2 день

наименование блюда	выход (гр.)	пищевые вещества			Эн.д. ккал.	витамины, мг					минеральные вещества, мг				
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
Помидор порционно	100	0,84	5,06	5,32	70,02	0,0	38,30	0,20	4,52	43,17	31,74	17,24	0,59		
Суп картофельный	250	2,83	2,86	21,76	124,09	0,1	10,12	0,24	0,40	22,83	69,89	29,09	1,13		
Котлета	100	10,68	11,72	5,74	176,75	0,0	0	0,05	0,65	13,12	136,42	21,07	2,15		
Макароны	200	5,52	5,295	35,325	211,095	0,0	3,59	0,03	0,13	26,64	58,70	18,55	0,67		
Отварные	200	1,36	0	29,02	116,19	0	0	0	0	9,90	18,48	0	0,03		
Компот из с/ф	40	3,06	1,2	19,9	104,8	0,0	0	0	0	14,8	87,2	26	1,1		
Хлеб пшеничный	60	1,65	4,46	15,84	99,09	0,0	0	0	0	8,4	37,92	11,28	0,93		
Итого:		31,155	37,86	116,10	917,325	0,4	52,01	0,55	5,8	141,86	453,35	130,23	7,6		