

4 день

наименование блюда	выход (гр.)	пищевые вещества			Эн.ц. ккал.	витамины, мг					минеральные вещества, мг				
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
Капуста квашения	100	1,26	10,14	8,32	129,26	0,04	5,34	0,20	4,54	21,40	39,91	18,03	0,75		
Рассольник по- ленинградски	250	5,03	11,30	32,38	143,60	0,14	9,81	0,21	2,42	30,10	85,80	33,40	1,16		
Шлов из мяса птицы	200	37,2	45,33	41,05	747,09	0,17	2,10	1,16	1,66	54,10	396,06	96,06	3,58		
Сок	200	2,0	0,20	5,80	36,0	0,02	4,0	0	0,20	14,0	14,0	8,0	2,80		
Хлеб пшеничный	40	3,06	1,2	19,9	104,8	0,06	0	0	0	14,8	87,2	26	1,1		
Хлеб ржаной	60														
<b>Итого</b>		<b>48,55</b>	<b>68,17</b>	<b>107,45</b>	<b>1160,75</b>	<b>0,43</b>	<b>21,25</b>	<b>1,57</b>	<b>8,82</b>	<b>134,4</b>	<b>622,97</b>	<b>181,52</b>	<b>9,39</b>		