

2 день.

наименование блюда	выход (гр.)	пищевые вещества			Эн.д. ккал.	витамины, мг				минеральные вещества, мг			
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
Помидор свежий порционно	100 60	0.84	5.06	5.32	70.02	0.03	38.30	0.20	4.52	43.17	31.74	17.24	0.59
Суп с макаронными изделиями	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
Рагу из овощей и птицы	250	15,38	19,59	18,20	308,58	0,17	10,3 5	0,39	3,18	28,59	185,54	39,38	2,20
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	20 гр	3,06	1,2	19,9	104,8	0,06	0	0	0	14,8	87,2	26	1,1
Хлеб ржаной	30 гр	1,65	4,46	15,84	99,09	0,03		0		0		0	8,4
Итого		26.31	37.35	81.6	663	0.42	62.4 6	0.8	10.32	130.66	404.28	124.02	7.85