

4 день.

обед

наименование блюда	выход (гр.)	пищевые вещества			Энд. ккал.	витамины, мг					минеральные вещества, мг				
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
Капуста квашеная	60	1,43	5,09	9,50	75,35	0,01	1,90	0	2,30	31,65	36,88	18,82	1,20		
Суп рыбный	250	2,73	3,89	13,61	98,79	0,15	11,12	0,25	0,80	22,83	69,89	19,09	1,13		
Шлов из мяса птицы	200	14,52	13,47	5,61	205,32	0,11	2,50	0,51	4,20	34,50	209,76	37,84	0,93		
Чай с лимоном	200	1,36	0	29,02	116,19	0	0	0	0	9,90	18,48	0	0,03		
Хлеб пшеничный	20	3,06	1,2	19,9	104,8	0,06	0	0	0	14,8	87,2	26	1,1		
Хлеб ржаной	40	1,65	4,46	15,84	99,09	0,03	0	0	0	8,4	37,92	11,28	0,93		
Итого		27,945	34,17	116,775	857,995	0,45	19,11	0,79	7,43	148,72	518,83	131,58	15,99		