

Утверждаю:  
 Директор центра  
 Е.А.Ф.  
 И.У. Шахвалеева

4 ДЕНЬ

Комплексный обед

№ ре- цептуры	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	А	С	Са	Р	Мg	Ее
547-2010	Салат из моркови ✓	50	0,44	3,6	8,53	67,36	0,025	0,285	13,025	17,85	20,3	11,71	0,745
208 2005	Суп ✓ картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,14	104,75	0,11		8,25	24,6	66,65	27	1,09
637 2005	Птица отварная ✓	80	16,88	10,88		165	0,03	16		31,2	Н4,4'	16	1,44
679 2005	Каша гречневая рассыпчатая ✓	100	4,95	3,28	26,45	160,28	0,11	0,02		1,22	121	0,03	2,43
686 2005	Компот из кураги ✓	150	0,78		20,02	80,58	0,01		1,08	6,4	3,6		0,18
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6							
	<b>Итого:</b>		<b>29,31</b>	<b>23,24</b>	<b>97,31</b>	<b>718,75</b>							