

7 ДЕНЬ

Комплексный обед

№ ре- цептуры	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	Витамины, мг					Мg	Fe
			Б	Ж	У		В1	А	С	Са	Р		
45 2010	Овощной салат ✓	100	0,81	3,7	4,61	54,96	0,06	0	10,25	33,55	40,17	21,35	0,88
71 2005	Суп-лапша домашняя с птицей ✓	250/25	5,27	6,8	14,25	103,13		10		19,5	71,5	10	0,9
486 2005	Соуска отварная ✓	80	6,24	12	12,72	134,4	0,02			14,4	95,4	12	1,08
	Сок (нектар) фруктовый пром, произ-ва	200	1,0	0,03	24	94							
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8							
	Печенье пром, произв.	40	0,04		29,8	154							
847 2005	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03		10	10	75,8		2,2
	Итого:		15,08	23,17	101,86	622,29							