

5 день

№ ре- цептуры	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	А	С	Са	Р	Мg	Fe	
	обед													
14 2010	Салат из свежих овощей	100	1,3	6,19	4,72	79,6	0,06		20,48	17,58	32,88	17,79	0,84	
204 2005	Суп рисовый с говядиной	250/15	0,18	3,3	14,65	113	0,11		8,33	24,98	96,93	29,45	1,24	
536 2005	Сосиска отварная	80	6,24	12	12,72	134,4	0,02			14,4	95,4	12	1,08	
688 2005	Макаронны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0,08	28		6,48	9,56	23,16	1,48	
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	11,6		0,16	2,92		4	6,4	
	Дблоко	100	0,4	0,4	9,8	44	0,06	0,2		38	17	11	0,4	
	ИТОГО:		16,28	26,89	81,7	609,05								