

6 День

6 день															
№ 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	Fe		
12 2010	Салат из кукурузы (консерв.)	60	1,73	3,71	4,82	59,58	0,06			5,58	11,2	3,48	11,72	0,4	
200 2005	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,28	16,33	134,75	0,1			8,33	38,08	87,18	35,3	1,03	
959 2005	Какао с молоком	200	3,52	25,49	145,2	0,04	0,01		1	3	91,5	67,5	14	0,56	
1035 2005	Чурек	40	3,84	0,47	23,65	114,17	0,067				9,69	34,77	6,63	0,51	
847 2005	Груша	100	0,4	0,3	10,3	47	0,06			10	12	28	8	0,5	
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	5,6			0,08	1,46		2	3,2	
	ИТОГО:		16,3	13,72	87,27	535,5									