

7 день

№ рецептуры	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													
71 2005	Суп-лапша домашняя с птицей	250/25	15,27	16,8	14,25	103,13		10		19,5	71,5	10	0,9	
944 2005	Чай с лимоном	200/15/7	0,2	0	17,2	91								
45 2010	Винегрет овош.	100	0,81	3,7	4,61	54,96	0,06		2,86	15,74	7,3	5,96	0,64	
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6			10,25	33,55	40,17	21,35	0,88	
	Зефир пром. производства	60	0,03		44,7	154	11,6		0,16	2,92		4	6,4	
	ИТОГО:		18,95	20,98	94,12	472,69								