

1 день

№ ре- цептуры	Наименование блюд	Масса, г	Пищевые вещества					Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У	В ₁	А		С	Са	Р	Mg	Fe					
	Завтрак																	
2005	Овощи свежие (огурцы)	70	0,56	0,07	1,82	0,021	9,8	3,5		16,1	29,4	9,8	0,42					
688 2005	Макаронные отварные	150	5,52	4,52	26,44	0,07	168,33	25,2	5,83	44,6	25,34	1,33						
536/1 2010	Сосиска отварная	80	7,8	15	15,9	0,02	134,4		12,8	34,8	10,67	0,96						
959/1 2005	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	0,03	145,2	0,075	91,5	67,5	10,5	0,56						
172 2002	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	11,6	100,6		2,92									
	Пряник	50 *	2,2	1,45	38,55	0,03	165,5											
	ИТОГО:		22,24	25,24	121,56		693,83											