

8 день

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В ₁	А	С	Са	Р	Mg	Fe
547-2010	Завтрак Салат из моркови с капустой	50	0,44	3,6	8,53	67,36	0,0025	0,285	13,025	17,85	20,3	11,71	0,745
42 2005	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,14	104,75	0,11		8,25	24,6	66,65	27	0,745
679-2005	Курица отварная	80	16,88	10,88		165	0,03	16		31,2	114,4	16	1,44
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	5,6		0,08	1,46		2	3,2
1205 2002	Сок натуральный	200	1,6	1,5	12,4	86	0,01		0,6	67,4	45,2	8,62	0,08
	ИТОГО:		22,93	19,06	44,75	457,91							