

1 день

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
45	Салат из белокочанной капусты	100	1,4	5,03	10,3	88	0,03	38,52	-	3,45	43,25	37,8	17,32	0,58	
243	Изделия колбасные отварные	50	4,57	9,85	0,66	109,5	-	-	-	-	8,19	80,5	5,04	0,57	
203	Макаронные изделия отварные с маслом	175	5,21	4,36	34,05	213,58	0,15	-	0,01	-	11,3	70,2	8	0,82	
б/н	Соус томатный по кубански	30	0,54	0,85	3,091	18,48	0,11	1,03	-	1,32	4,61	6,17	4,69	0,15	
382	Какао с молоком	200	6,08	5,35	24,93	168,31	0,05	2,6	0,04	-	241,97	168,5	33,64	0,54	
б/н	Хлеб пшеничный	40	3,09	1,2	19,92	104,8	0,06	-	-	-	8	33,2	5,6	0,44	
б/н	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,69	72,4	0,07	-	-	-	9,2	69,6	10,0	1,24	
	ИТОГО :		23,53	27,12	141,35	775,07	0,47	42,15	0,05	4,77	326,5	465,97	84,29	4,34	