

6 ДЕНЬ

Комплексный обед

№ рецептуры	наименование блюда	масса, г	пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	витамины, мг			минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	А	С	Са	Р	Mg	Fe
197/2005	Рассольник с мясом с перловой крупой	250/15	4,4	5,68	16,67	149,25	0,112		4,74	17,36	46,74	19,4	0,62
694/2005	Пюре из картофеля	150	3,06	7,8	20,45	137,15	0,14	25,5	18,14	36,98	86,6	27,75	1,01
679/2005	Гуляш из говядины	50/38	11,9	9,76	2,87	101,5	0,17		1,28	24,36	194,69	26,01	2,32
686/2005	Компот из кураги	200	1,04		26,69	107,44			0,41	41,14	29,2	22,96	0,68
	Чурек	40	3,84	0,47	23,65	114,17	0,067		10	12	28	8	0,5
	Итого:		24,24	23,71	90,33	609,51							