

12 ДЕНЬ

Комплексный обед

№ рецептуры	наименование блюда	масса, г	пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	витамины, мг				минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		B1	A	C	Ca	P	Mg	Fe		
	Суп с фасолью на курином бульоне	250	5,27	6,8	14,25	103,13		10				19,5	71,5	10	0,9
637/2005	Птица отварная	80	16,88	10,88	28,35	165	0,03	16	0,113			31,2	114,4	16	1,44
336/2010	Капуста тушеная	50	0,93	2,16	11,51	71,18	0,08	10,5	10,5			7,32	39,86	14,66	0,58
	Чурек	40	3,84	0,47	23,65	114,17	0,067		10			12	28	8	0,5
	кисель из сухофруктов	200	0,14		24,76	94,2						18	4,29		0,06
	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03		10			10	75,8		2,2
	итого:		27,46	20,71	112,32	594,68									

9156,89

763,07 ккал

Всего 12 дней

Итого на 1 учащегося