

## 11 ДЕНЬ

## Комплексный обед

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	А	С	Са	Р	Mg	Fe
	Фрукт свежий (Груша)	100	0	0	10	47	0.02	0	5	19	16	12	0
200 2005	Суп картофельный с горохом	250	5.49	5.28	16.33	134.75	0.1	0	8.33	38.08	87.18	35.3	2.03
637 2005	Птица отварная	80	16.88	10.88	0	165	0.03	16	0	31.2	114.4	16	1.44
679 2005	Каша пшеничная рассыпчатая	100	4.95	3.28	26.45	160.28	0.11	0.02	0	1.22	121	0.03	2.43
686 2005	Компот из кураги	200	1.04	0	26.69	107.44	0	0	0.41	41.14	29.2	22.96	0.68
	Пряник пром.производства	50	2.2	1.45	38.55	166.5	0						
	Хлеб пшеничный	40	5	1	24	122	0.18	0	0	14.5	45	10	0
	<b>ИТОГО:</b>		33.36	20.44	103.47	736.47							

