

9 ДЕНЬ

Комплексный обед

№ ре- целтуры	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	Витаминны, мг						
			Б	Ж	У		В1	А	С	Са	Р	Мг	Fe
558 2005	Салат из свеклы, моркови и зелен.горошка	60	0,84	4,85	3,38	60,91	0,024		3,35	18,09	24,04	12,59	0,45
187 2005	Суп из свежей капусты с карт. и говядиной	250/15	6,05	5,46	18,57	113,25	0,072		18,54	45,3	82,58	51,89	1,53
252 2011	Рыба запечённая в белом соусе	100/100	20,56	15,16	4,96	230,2	0,075	6,1	1,24	9,32	168,5	13,4	0,51
681 2005	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,53	9,82	22,25	188,6	0,37	0,06	12	150,6	218,85	52,7	2,6
1035 2005	Сок (нектар) фруктовый пром. произ-ва	200	1,0	0,03	24	94							
	Чурек	40	3,84	0,47	23,65	114,17	0,067		10	8	28	42	
	<b>ИТОГО:</b>		<b>33,36</b>	<b>35,79</b>	<b>96,81</b>	<b>801,13</b>							<b>0,002</b>


  
 Утверждено:
   
 Директор ИИИТСи
   
 /Александров А.В./
   
 "11.11.2011"