

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
День 2														
733	Макаронные изделия с маслом слив.	250г	6,93	8,6	25,5	150	0,28	-	-	-	40	168	60	0,3
2	Бутерброд с сыром	60г	16	1	70	179,3								
959	Какао с молоком	250г	5,8	6,3	39,6	145,2	105	0,1			3	1	1	
Обед														
13	Огурец порционный сезонная нарезка	100г				5,2	0,01	2,0			9,2			0,2
128	Борщ с капустой и картофелем	250г	1,44	2,4	8,52	95	0,24		0,035	-	25,92		21,26	0,96
637	Мясо птицы	120г	21,10	13,16	12	206,25	0,1	0,7	0,1	0,7	47,7	184,4	30,1	1,9
296	Пюре картофельное с маслом сливочным	250г	5,44	15,64	35,44	296,94	0,08				9,2		57	
ГОСТ	Хлеб ржаной	80г	3,4	0,6	23,2	106	0,08			-	15	61,5	23	1,15
ГОСТ	Хлеб пшеничный	80г	3,8	0,3	26,1	116,5	0,1				10	32,5	7	0,45
874	Кисель	250г	0,2		32,6	132	105		1	-	18	4,29		0,6
140	Фрукты свежие (груша)	200г	0,9	0,3	22,2	99,7		36,7			36,3			0,3
	Сок фруктовый	200г	0,4		18,5	136	0,02	2			19	20	16	0,3
			74,94	39,5	365,32	1673,14								