

Душки Краи

01.02.2021

Утверждено

Фед

Валентино А.Г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины, микроэлементы (мг)								
		Б	Ж	У		С	А	К	Са	Fe				
1 неделя														
понеделник														
Завтрак														
Салат из свежих огурцов с маслом растительным	60	0,0	7,2	0,0	64,8				0,0	0,0	0,0	2,2		0,0
Котлета рубленая из птицы	80	17,60	4,30	6,40	184,00					0,00	599,04	33,60		0,00
Рис отварной	150	4,00	6,00	39,00	229,00					0,00	55,00	11,00		1,00
Компот из кураги	200	1,00	0,00	31,00	123,00					1,00	36,00	32,00		1,00
Булочка «Оздоровительная»	50	4,00	2,00	24,00	120,00					0,00	46,00	8,00		0,00
ИТОГО		26,60	19,50	100,40	720,80					1,00	736,04	86,76		2,00