|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | прием пищи, наименование блюда | масса порции | пищевые вещества (г) | энергетическая ценность (ккал) | минеральные элементы, мг | витамины, мг |
| Б | Ж | У | Ca | Mg | Fe | B1 | В2 | C |
|  **10.03.2023** |
| **обед** |
| 58/2014 | суп картофельный с рыбной консервой | 300 | 5,80 | 11,40 | 22,30 | 217,00 | 19,32 | 32,56 | 1,24 | 0,13 | 0,09 | 11,57 |
| июн.14 | салат из белокочанной капусты | 100 | 2,2 | 4,5 | 10,5 | 91 | 61,3 | 21,34 | 0,8 | 0,03 | 0,05 | 22,7 |
| 99/2014 | котлета мясная домашняя | 100/5 | 15,53 | 12,49 | 12,49 | 225 | 28,6 | 23,48 | 1,13 | 0,08 | 0,12 | 0,91 |
| 439/2014 | напиток из варенья | 200 | 0,1 | 0,1 | 24,4 | 94,9 | 11,5 | 2,5 | 3,5 | 0,1 | 0 | 0 |
|   | хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,45 | 24,85 | 113 | 13 | 17,5 | 0,8 | 0,08 | 0,04 | 0 |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| итого за приём пищи |   | 27,43 | 28,94 | 94,54 | 740,90 | 133,72 | 97,38 | 7,47 | 0,42 | 0,30 | 35,18 |
| **итого в %** | **142** | **147** | **113** | **126** | **49** | **156** | **249** | **140** | **86** | **235** |