3 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мд, мг	Р, мг	Ре, мг
Завтрак															
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	26,6	27,4	44,5	531,2	0,1	2,4	0,3	4,2	30,0	54,9	269,9	2,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,8	0,0	17,2	72,5	0,0	0,2	0,1	0,0	29,9	16,0	19,7	0,5
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,1	0,0	0,0	1,0	11,5	16,5	42,0	1,0
2021	54-5з-2020	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	1,0	5,2	3,1	62,5	0,04	19,1	107,3	0,04	28,0	17,0	31,0	0,8
Итого за прием пищи:				**32,2**	**32,9**	**89,9**	**784,6**	**0,24**	**21,7**	**107,7**	**5,24**	**99,4**	**104,4**	**362,6**	**4,5**
Всего за день:				**32,2**	**32,9**	**89,9**	**784,6**	**0,24**	**21,7**	**107,7**	**5,24**	**99,4**	**104,4**	**362,6**	**4,5**
Сбалансированность:				**1**	**0,9**	**3,2**									