5 день

Сборник рецептур	№ техноло-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	B2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Завтрак															
2021	54-7з-2020	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАНОЙ КАПУСТЫ	100	2,5	10,1	10,4	143,0	0,06	58,1	203,8	0,06	67,4	25,3	50,5	0,92
2008	54-14р	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100	12,9	4,0	6,1	112,2	0,8	0,94	295,0	0,13	51,0	44,0	189,0	1,05
2008	134	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	4,1	6,8	26,7	179,8	0,2	13,8	41,0	0,3	49,2	39,3	115,1	1,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,2	0,0	15,1	61,0	0,0	0,0	0,0	0,0	12,9	6,1	8,2	0,8
		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
Итого за прием пищи:				**23,5**	**21,2**	**83,4**	**614,4**	**0,44**	**72,84**	**539,8**	**1,49**	**192,0**	**131,2**	**404,8**	**5,27**
Всего за день:				**23,5**	**21,2**	**83,4**	**614,4**	**0,44**	**72,84**	**539,8**	**1,49**	**192,0**	**131,2**	**404,8**	**5,27**
Сбалансированность:				**1**	**0,9**	**2,8**									