2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Д, мкг	B2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																					
КУРИЦА ОТВАРНАЯ	90	23.6	20.3	0.3	278.0	0.10	1.20	0.10	0.40	0.00	0.20	40.30	26.10	190.70	1.60	313.50	5.30	0.20	0.00	54-21м	2020
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.1	6.7	21.1	157.5	0.20	10.20	0.00	0.20	0.10	0.10	38.10	28.90	84.50	1.20	751.70	8.50	0.00	0.00	54-11г	2020
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	60	0.7	5.8	3.9	71.5	0.00	6.20	0.20	2.60	0.00	0.00	18.60	8.00	14.00	0.40	80.30	1.50	0.00	0.00	39	2008
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0.0	0.0	23.3	92.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	10.00	2.10	0.00	0.00	1.40	0.00	0.00	0.00	401	2008
МАНДАРИН	100	0.8	0.0	0.0	7.5	0.10	38.00	0.00	0.20	0.00	0.00	35.00	11.00	17.00	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00		2008
Итого за прием пищи:	**600**	**28.2**	**32.8**	**48.6**	**607.4**	0.40	55.60	0.30	3.40	0.10	0.30	142.00	76.10	306.20	3.30	1 146.90	15.30	0.20	0.00		
Всего за день:		**28.2**	**32.8**	**48.6**	**607.4**	0.40	55.60	0.30	3.40	0.10	0.30	142.00	76.10	306.20	3.30	1 146.90	15.30	0.20	0.00		