

Наименования блюда	Выход	Пищевая ценность			ЭЦ ккал	Минеральные вещества			Витамины		
		Б	Ж	У		Ca	Mg	Fe	B1	B2,мг	
Салат с фасолью	80	0,9	7,1	4,4	86	48,48	11,54	0,54	0,02	0,02	2,6
Борщ	250/10	1,7	5	11,6	97	28,94	20,97	0,95	0,04	0,04	7,94
Гуляш	90	17,3	18,1	3,2	245	12,18	22,98	2,6	0,05	0,12	0,98
Гречка	180/5	10,4	6,8	45,4	288	16,88	159,5	5,47	0,31	0,16	0,00
Компот из консервир фруктов	200	0,2	0,1	17,2	68	6,03	3,13	0,8	0,01	0,01	1,6
Хлеб пш/рж	50/30	2,28	0,84	15,4	78,6	51	3,5	0,36	0,047	0,04	0,6