



	Выход	Пищевая ценность	ЭЦ	Минеральные в
--	-------	------------------	----	---------------

Наименования блюда	Выход	Пищевая ценность			ЭЦ ккал	Минеральные вещества			Витамины		
		Б	Ж	У		Ca	Mg	Fe	B1	B2,мг	
Фруктовый салат	80	1,3	1,0	13,5	70,6	24,1	11,8	2	0,03	0,03	7,84
Рассольник	250/10	2,1	5,2	13,6	111	23,19	24,14	0,90	0,08	0,06	10,5
Тефтели	80	12,7	8,5	12,2	177	37,03	23,72	0,78	0,11	0,11	0,3
Гречка рассыпчатая	180/50	5,8	4,8	36,3	215	46,17	27,9	1,03	0,13	0,05	0,00
Брусничный компот	200	0,1	0,2	6,3	27,1	5,28	2	0,077	0,00	0,002	6,19
Хлеб пш/рж	50/30	2,28	0,84	15,4	78,6	51	3,5	0,36	0,047	0,04	0,6