



Наименования блюда	Выход	Пищевая ценность			ЭЦ ккал	Минеральные вещества			Витамины		
		Б	Ж	У		Ca	Mg	Fe	B1	B2,мг	
Салат свекольный	80	1,1	8	7,1	106	15,62	14,32	0,73	0,04	0,03	6,21
Суп гороховый	250/10	2,2	3	5	54,3	2,3	3	5	4	1,1	3,1
Котлеты рыбные	90	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
Натуральный сок	200	0,13	0,1	11,3	48	8,0	5,0	0,1	0,00	0,00	2,2
Хлеб пш/рж	50/30	2,28	0,84	15,4	78,6	51	3,5	0,36	0,047	0,04	0,6