



Наименования блюда	Выход	Пищевая ценность			ЭЦ ккал	Минеральные вещества			Витамины		
		Б	Ж	У		Ca	Mg	Fe	B1	B2,мг	
Салат зимний	80	5,6	16,8	7	198	0,5	0,31	0,002	0,02	0,02	0,033
Щи из свежей капусты	250/10	1,7	5,6	8,4	91	31,82	19,09	0,70	0,05	0,04	12,0
Гуляш	90/30	16,2	14,5	13,9	252	24,65	28,56	1,48	0,07	0,12	0,29
Картофельное пюре	180/50	3,7	5,9	24,0	166	42,72	34,08	1,24	0,14	0,12	12,45
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