

3	Борщ мясной со сметаной	250	2.0	5.2	13.1	106.0	0.38	0.03	8.25	39	0.98
68	Рыба жареная в молочном соусе	60	10.70	9.42	0	58.2	0.06	0.06	0	42.94	1.18
25	Картофельное пюре	140	3.71	4.45	24.2	168.2	0.09	0.05	3.33	31.3	0.73
19	Компот из сухофруктов с вит «С»	180	0.88	0	22.93	91.3	0.02	0.01	3.6	21.0	0.4
39	Хлеб ржаной	45	2.48	0.9	25.05	130.5	0.08	0.04	0	13.05	1.04
			20.34	25.01	95.66	622.6	0.78	0.2	19.38	176.09	5.85

ПОЛДНИК

42	Сок фруктовый	200	1.0	0	23.04	94	0.026	0.13	4	14.0	2.8
----	---------------	-----	-----	---	-------	----	-------	------	---	------	-----

УЖИН

35	Салат овощной	200	8.6	11.05	14.6	191.39	0.1	0.05	1.0	17.0	1.3
24	Чай с лимоном	200	0.07	0.01	15.31	61.62	0.01	0.01	0	132	0
39	Хлеб пшеничный	40	3.0	1.16	20.56	104.8	0.045	0.011	0	8.68	0.26
			12.67	12.22	73.51	451.81	0.181	0.201	5.0	185.68	4.36
			46.856	56.97	242.89	1550.115	1.091	0.411	24.38	829.37	10.69