



Возрастная группа: 12 лет и старше

№ ре- цеп	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	А	Е	Р	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
910	Яблоки свежие 100 г (д/ш)	100.00	9.27	0.40	0.40	9.69	45.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.40	0.00	10.00	8.00	2.00	1.00	278.00	2.00	0.30	0.00
717	Каша молочная пшениная с маслом 200/10 М_173	210.00	15.15	8.74	12.49	43.67	322.28	0.19	0.15	1.30	0.06	0.25	0.20	134.54	207.40	54.94	1.45	245.00	11.25	3.45	0.02
697	Корейский напиток с молоком 379	200.00	8.19	3.30	2.73	24.96	146.30	0.04	0.15	1.30	0.02	0.00	0.05	120.00	90.00	14.00	0.10	146.00	9.00	2.00	0.02
569	Хлеб пшеничный	60.00	4.75	4.56	0.48	29.16	142.60	0.07	0.02	0.00	0.00	0.05	0.00	12.00	39.00	8.40	0.66	0.00	1.92	3.60	0.00
401	Масло (порциями) М_14	10.00	7.20	0.08	8.25	0.08	76.80	0.00	0.01	0.00	0.04	0.10	0.15	2.40	3.00	0.00	0.02	1.50	0.00	0.10	0.00

[illegible]