

 УЖИН

день 4

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Пищевые вещества** | | | **Энергетическая ценность** |
| Б | Ж | У |
| **картофель тушеный** | **180** | **3,58** | **7,66** | **28,51** | **197,32** |
| **сок фруктовый** | **180** | **0,90** | **0,00** | **16,38** | **68,40** |
| **хлеб ржаной** | **30** | **1,65** | **0,30** | **9,62** | **57,00** |
| **соль за весь день** | **5** |  |  |  |  |