

**обед**

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b>Обед</b>		
100	<b>Салат из свеклы с черносливом 100 г</b> <i>свекла, чернослив, масло растительное, сахар-песок, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-177, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-44
250	<b>Суп-хинкал</b> <i>ляцо, мука пшеничная высшего сорта, картофель, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-124, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24
200	<b>Плов из курицы</b> <i>мясо кур, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-413, Белки-14, Жиры-24, Углеводы-37
180	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный</i>	Калорийность (ЭЦ)-58, Углеводы-15
40	<b>Хлеб пшеничный 40 гр</b>	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
20	<b>Хлеб ржаной 20 гр</b>	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность (ЭЦ)-1 053, Белки-29, Жиры-28, Углеводы-180
<b>Итого за день</b>		Калорийность (ЭЦ)-1 053, Белки-29, Жиры-28, Углеводы-180

Директор

Халилов Рабадан  
Исмаилович

