

обед

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Обед		
250	Суп-лапша домашняя <i>яйцо, картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, масло сливочное, масло растительное, соль, зелень</i>	Калорийность (ЭЦ)-136, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-20
80	Курица отварная <i>мясо кур, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-177, Белки-18, Жиры-9
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-260, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-34
40	Хлеб пшеничный 40 гр	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
20	Хлеб ржаной 20 гр	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
50	Печенье	Калорийность (ЭЦ)-175, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-34
Итого за Обед		Калорийность (ЭЦ)-1 030, Белки-41, Жиры-34, Углеводы-147
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-1 030, Белки-41, Жиры-34, Углеводы-147

Директор

Халилов Рабдан
Исмаилович