

09.02.2024 (пятница)

обед

Выход (г)	Наименование блюда	эл. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Обед		
80	Салат из моркови с яблоком <i>морковь, яблоко, масло растительное, соль, сахар-песок</i>	Калорийность (ЭЦ)-127, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-32
250	Суп картофельный с пшеничной крупой на бульоне <i>картофель, крупа пшеничная, лук репчатый, морковь, масло сливочное, томатная паста, масло растительное, соль, зелень</i>	Калорийность (ЭЦ)-133, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-16
100	Филе курицы, тушенное в соусе томатном <i>филе грудки цыплят-бройлеров замороженное, морковь, лук репчатый, масло сливочное, томатная паста, мука пшеничная высшего сорта, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-100, Белки-15, Жиры-8, Углеводы-5
150	Каша пшеничная рассыпчатая <i>крупа пшеничная, масло сливочное, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-221, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-35
180	Компот ягодный <i>ягоды замороженные, сахар-песок</i>	Калорийность (ЭЦ)-63, Углеводы-23
40	Хлеб пшеничный 40 гр	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
20	Хлеб ржаной 20 гр	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
Итого за Обед		Калорийность (ЭЦ)-925, Белки-37, Жиры-24, Углеводы-171
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-925, Белки-37, Жиры-24, Углеводы-171

Директор: Халилов Рабадан
Исмаилович



соч 15.