

**обед**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Обед</u>		
250	<b>Суп картофельный с бобовыми (чечевица) на бульоне</b> <small>картофель, чечевица, лук репчатый, морковь, масло сливочное, томатная паста, масло растительное, соль, зелень</small>	Калорийность (ЭЦ)-152, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-18
100	<b>Филе курицы, тушенное в соусе томатном</b> <small>филе грудки цыплят-бройлеров замороженное, морковь, лук репчатый, масло сливочное, томатная паста, мука пшеничная высший сорт, соль</small>	Калорийность (ЭЦ)-100, Белки-15, Жиры-8, Углеводы-5
150	<b>Каша пшеничная рассыпчатая</b> <small>крупа пшеничная, масло сливочное, соль</small>	Калорийность (ЭЦ)-221, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-35
180	<b>Сок</b>	Калорийность (ЭЦ)-50, Углеводы-11
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
200	<b>Яблоки</b>	Калорийность (ЭЦ)-42, Углеводы-9
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность (ЭЦ)-846, Белки-38, Жиры-24, Углеводы-138
<b>Итого за день</b>		Калорийность (ЭЦ)-846, Белки-38, Жиры-24, Углеводы-138

Директор

Халидов Рабадан  
Исмаилович