

обед

Выход (г)	Наименование блюда	эп. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Обед		
250	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне <i>картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло сливочное, масло растительное, зелень, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-107, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-15
250	Плов из курицы <i>мясо кур, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-516, Белки-18, Жиры-29, Углеводы-47
180	Сок	Калорийность (ЭЦ)-45, Углеводы-10
40	Хлеб пшеничный 40 гр	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
20	Хлеб ржаной 20 гр	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
150	Яблоки	Калорийность (ЭЦ)-31, Углеводы-7
50	Печенье	Калорийность (ЭЦ)-175, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-34
Итого за Обед		Калорийность (ЭЦ)-1 155, Белки-36, Жиры-47, Углеводы-171
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-1 155, Белки-36, Жиры-47, Углеводы-171

Директор _____ Халилов Рабадан
Исмаилович

