

обед

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|----------------------|---|--|
| <u>Обед</u> | | |
| 250 | Суп картофельный с пшеничной крупой на <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 | Макаронные изделия отварные <i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i> | Калорийность (ЭЦ)-222, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35 |
| 180 | Компот из смеси <i>сухофрукты (смесь), сахар-песок</i> | Калорийность (ЭЦ)-106, Белки-1, Углеводы-25 |
| 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 |
| Итого за Обед | | Калорийность (ЭЦ)-874, Белки-34, Жиры-22, Углеводы-148 |
| Итого за день | | Калорийность (ЭЦ)-874, Белки-34, Жиры-22, Углеводы-148 |

Директор

Халилов Рабадан
Исмаилович