

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
200	Плов из булгура с куриным филе <i>крупа булгур, филе грудки цыплят-бройлеров замороженное, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-413, Белки-14, Жиры-24, Углеводы-37
180	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный</i>	Калорийность (ЭЦ)-58, Углеводы-15
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)-890, Белки-30, Жиры-32, Углеводы-132
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-890, Белки-30, Жиры-32, Углеводы-132

Директор

Халилов Рабадат
Исмилович