

обед

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Обед		
100	Винегрет картофель, морковь, капуста белокочанная, свекла, огурцы маринованные, лук репчатый, масло растительное, горошек зеленый консервированный, соль	Калорийность (ЭЦ)-126, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-7
250	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло сливочное, масло растительное, зелень, соль	Калорийность (ЭЦ)-107, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-15
100	Котлеты "Школьные" (Выход 100г) яйцо, мясо кур, мясо говядина, лук репчатый, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, крупа манная, соль	Калорийность (ЭЦ)-451, Белки-25, Жиры-30, Углеводы-20
150	Макаронные изделия отварные макаронные изделия, масло сливочное, соль	Калорийность (ЭЦ)-222, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35
180	Сок	Калорийность (ЭЦ)-50, Углеводы-11
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)-1 237, Белки-48, Жиры-55, Углеводы-147
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-1 237, Белки-48, Жиры-55, Углеводы-147



Директор

Халилов Рабадан
Исмаилович