

**обед**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Обед</u>		
80	<b>Винегрет 80г</b> <i>картофель, морковь, капуста белокочанная, свекла, огурцы маринованные, лук репчатый, масло растительное, горошек зеленый консервированный, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-101, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-6
250	<b>Суп-лапша домашняя</b> <i>яйцо, картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, масло сливочное, масло растительное, соль, зелень</i>	Калорийность (ЭЦ)-136, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-20
80	<b>Рыба запеченная</b> <i>екимбиря замороженная, масло растительное, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-116, Белки-8, Жиры-8
150	<b>Каша пшеничная рассыпчатая</b> <i>крупа пшеничная, масло сливочное, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-221, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-35
180	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный</i>	Калорийность (ЭЦ)-58, Углеводы-15
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
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность (ЭЦ)-914, Белки-30, Жиры-28, Углеводы-135
<b>Итого за день</b>		Калорийность (ЭЦ)-914, Белки-30, Жиры-28, Углеводы-135



Директор

Халилов Рабадан  
Исмаилович