

обед

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Обед		
80	Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом <small>капуста белокочанная, морковь, масло растительное, зелень, соль</small>	Калорийность (ЭЦ)-107, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-22
250	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне <small>картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло растительное, зелень, соль</small>	Калорийность (ЭЦ)-107, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-15
80	Котлеты "Школьные" <small>яйцо, фарш из курицы, мясо говядина, лук репчатый, хлеб пшеничный, сухари папировочные, масло растительное, крупа манная, соль</small>	Калорийность (ЭЦ)-361, Белки-20, Жиры-24, Углеводы-16
150	Макаронные изделия отварные <small>макаронные изделия, масло сливочное, соль</small>	Калорийность (ЭЦ)-222, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-35
180	Компот из смеси сухофруктов <small>сухофрукты (смесь), сахар-песок</small>	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
Итого за Обед		Калорийность (ЭЦ)-1 184, Белки-46, Жиры-43, Углеводы-172
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-1 184, Белки-46, Жиры-43, Углеводы-172

Директор

