

обед

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Обед		
80	Салат "Школьный" 80г <i>яйцо, картофель, огурцы маринованные, морковь, горошек зеленый консервированный, масло растительное, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-79, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-5
250	Суп-хинкал <i>яйцо, мука пшеничная высший сорт, картофель, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-124, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-24
80	Курица отварная <i>мясо кур, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-142, Белки-14, Жиры-7
150	Каша гречневая рассыпчатая <i>крупа гречневая, масло сливочное, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-260, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-34
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
Итого за Обед		Калорийность (ЭЦ)-944, Белки-38, Жиры-25, Углеводы-137
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-944, Белки-38, Жиры-25, Углеводы-137

Директор

Халилов Рабдан
Исмаилович