

обед

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Обед		
250	Суп картофельный рисовый на бульоне <i>картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное, масло растительное, зелень</i>	Калорийность (ЭЦ)-172, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-29
100	Гуляш из говядины <i>мясо говядины, лук репчатый, морковь, томатная паста, масло сливочное, масло растительное, мука пшеничная высшего сорта, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-87, Белки-11, Жиры-4, Углеводы-2
150	Каша пшеничная рассыпчатая <i>крупа пшеничная, масло сливочное, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-221, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-35
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
140	Мандарин	Калорийность (ЭЦ)-38, Белки-1, Углеводы-8
Итого за Обед		Калорийность (ЭЦ)-858, Белки-32, Жиры-17, Углеводы-148
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-858, Белки-32, Жиры-17, Углеводы-148

Директор

Халилов Рабадан
Исмаилович