

обед

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Обед		
250	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне <i>картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло сливочное, масло растительное, зелень, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-107, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-15
80	Котлеты "Школьные" <i>яйцо, фарш из курицы, мясо говядина, лук репчатый, хлеб пшеничный, сухари панировочные, масло растительное, крупа манная, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-361, Белки-20, Жиры-24, Углеводы-16
150	Макаронные изделия отварные <i>макаронные изделия, масло сливочное, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-222, Белки-6, 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
Итого за Обед		Калорийность (ЭЦ)-1 029, Белки-41, Жиры-39, Углеводы-140
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-1 029, Белки-41, Жиры-39, Углеводы-140

