

19.11.2024 (вторник)

обед

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Обед		
250	Суп картофельный с бобовыми (чечевица) на бульоне <i>картофель, чечевица, лук репчатый, морковь, масло сливочное, томатная паста, масло растительное, соль, зелень</i>	Калорийность (ЭЦ)-152, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-18
80	Котлеты "Школьные" <i>яйцо, мясо кур, мясо говядина, лук репчатый, хлеб пшеничный, сахар натуральные, 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)-1 075, Белки-40, Жиры-40, Углеводы-143
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-1 075, Белки-40, Жиры-40, Углеводы-143

Директор

Халилов Рабадан
Неманлович