

**обед**

| Выход (г)            | Наименование блюда   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|----------------------|--|--|
| <b>Обед</b>          |  |  |
| 80                   | <b>Салат "Школьный" 80г</b><br><i>яйцо, картофель, огурцы маринованные, морковь, горошек зеленый консервированный, масло растительное, соль</i>                    | Калорийность (ЭЦ)-79, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-5                              |
| 250                  | <b>Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне</b><br><i>картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло сливочное, масло растительное, зелень, соль</i>         | Калорийность (ЭЦ)-107, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-15                            |
| 80                   | <b>Котлеты "Школьные"</b><br><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                  | <b>Каша пшеничная рассыпчатая</b><br><i>крупа пшеничная, масло сливочное, соль</i>   | Калорийность (ЭЦ)-221, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-35                            |
| 180                  | <b>Чай с сахаром</b><br><i>сахар-песок, чай черный</i>   | Калорийность (ЭЦ)-58, Углеводы-15  |
| 40                   | <b>Хлеб пшеничный 40 гр</b>  | Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30                                    |
| 20                   | <b>Хлеб ржаной 20 гр</b>   | Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30                                    |
| <b>Итого за Обед</b> |  | Калорийность (ЭЦ)-1 107, Белки-46, Жиры-44, Углеводы-144                       |
| <b>Итого за день</b> |  | Калорийность (ЭЦ)-1 107, Белки-46, Жиры-44, Углеводы-144                       |

Директор

Халилов Рабадан  
Исмаилович