

**обед**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b>Обед</b>		
80	<b>Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом</b> <small>капуста белокочанная, морковь, масло растительное, зелень, соль</small>	Калорийность (ЭЦ)-107, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-22
250	<b>Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне</b> <small>картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло сливочное, масло растительное, зелень, соль</small>	Калорийность (ЭЦ)-107, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-15
200	<b>Плов из курицы</b> <small>мясо кур, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль</small>	Калорийность (ЭЦ)-413, Белки-14, Жиры-24, Углеводы-37
180	<b>Сок</b>	Калорийность (ЭЦ)-50, Углеводы-11
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)-958, Белки-33, Жиры-36, Углеводы-144
<b>Итого за день</b>		Калорийность (ЭЦ)-958, Белки-33, Жиры-36, Углеводы-144



Директор

Халилов Рабадан

Исмаилович