

**обед**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b>Обед</b>		
250	<b>Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне</b> <i>картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло сливочное, масло растительное, зелень, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-107, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-15
200	<b>Плов из булгура с куриным филе</b> <i>крупа булгур, филе грудки цыплят-бройлеров замороженное, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-413, Белки-14, Жиры-24, Углеводы-37
180	<b>Чай с сахаром</b> <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
150	<b>Яблоки</b>	Калорийность (ЭЦ)-31, Углеводы-7
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность (ЭЦ)-890, Белки-30, Жиры-32, Углеводы-132
<b>Итого за день</b>		Калорийность (ЭЦ)-890, Белки-30, Жиры-32, Углеводы-132



Директор

Халилов Рабадат  
Исмаилович