

обед

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Обед</u>		
250	Суп-лапша домашняя <i>яйцо, картофель, мука пшеничная высшего сорта, морковь, лук репчатый, масло сливочное, масло растительное, соль, зелень</i>	Калорийность (ЭЦ)-136, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-20
250	Плов из говядины <i>мясо говядины, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, масло сливочное, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-328, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-45
180	Сок	Калорийность (ЭЦ)-45, Углеводы-10
40	Хлеб пшеничный 40 гр	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
20	Хлеб ржаной 20 гр	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
50	Печенье	Калорийность (ЭЦ)-175, Белки-3, Жиры-9, Углеводы-34
140	Мандарин	Калорийность (ЭЦ)-38, Белки-1, Углеводы-8
Итого за Обед		Калорийность (ЭЦ)-1 004, Белки-28, Жиры-26, Углеводы-176
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-1 004, Белки-28, Жиры-26, Углеводы-176

Директор

Халилов Рабалам
Исмаилович