

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
80	Рыба запеченная <i>скумбрия замороженная, масло растительное, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-116, Белки-8, Жиры-8
150	Каша пшеничная рассыпчатая <i>крупа пшеничная, масло сливочное, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-221, Белки-8, 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)-813, Белки-29, Жиры-20, Углеводы-129
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-813, Белки-29, Жиры-20, Углеводы-129



Директор _____ Халилов Рабадан
Исмаилович