09.01.2024 (вторник)

обед

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Обед	
100	Салат "Школьный" 100г яйцо, картофель, огурцы маринованные, морковь, горошек зеленый консервированный, масло растительное , соль	Калорийность (ЭЦ)-99, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-6
250	Суп картофельный с бобовыми (горох) на бульоне картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло сливочное , масло растительное , зелень, соль	Калорийность (ЭЦ)-107, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-15
100	Курица отварная мясо кур , соль	Калорийность (ЭЦ)-177, Белки-18, Жиры-9
150	Каша пшеничная рассыпчатая крупа пшеничная, масло сливочное , соль	Калорийность (ЭЦ)-221, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-35
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
	Итого за Обед	Калорийность (ЭЦ)-930, Белки-44, Жиры-30, Углеводы-125
	Итого за день	Калорийность (ЭЦ)-930, Белки-44, Жиры-30, Углеводы-125

Директор _____ Халилов Гаджи Исмаилович _____