

Обед

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
80	Рыба запеченная	Калорийность (ЭЦ)-155, Белки-11, Жиры-10	27-10
150	Каша пшеничная рассыпчатая	Калорийность (ЭЦ)-221, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-35	6-98
180	Кисель	Калорийность (ЭЦ)-54, Углеводы-13	3-89
150	Яблоки	Калорийность (ЭЦ)-31, Углеводы-7	11-44
40	Хлеб пшеничный	Калорийность (ЭЦ)-94, Белки-3, Углеводы-20	1-29
80	Салат помидоры с болгарским перцем		4-91
20	Хлеб ржаной	Калорийность (ЭЦ)-47, Белки-2, Углеводы-10	1-00
250	Борщ с капустой и картофелем на бульоне	Калорийность (ЭЦ)-117, Белки-12, Жиры-7, Углеводы-14	11-19
Итого за Обед		Калорийность (ЭЦ)-718, Белки-36, Жиры-25, Углеводы-99	67-80
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-718, Белки-36, Жиры-25, Углеводы-99	67-80

Директор

