

Обед

Выход (г)	Наименование блюда	м. пш. (ккал), белки (г), углеводы (г), полезные (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость позавтра (руб)
Обед			
250	<i>Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на бульоне</i>	Калорийность (ЭЦ)-161, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-13	7-87
80	<i>Котлеты куриные из фарша</i>	Калорийность (ЭЦ)-171, Белки-3, Жиры-11, Углеводы-15	23-84
80	<i>Салат из капусты белокочанной со сладким перцем с маслом растительным</i>	Калорийность (ЭЦ)-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-3	3-72
180	<i>Пюре картофельное</i>	Калорийность (ЭЦ)-208, Белки-4, Жиры-8, Углеводы-29	13-73
180	<i>Какао с молоком</i>	Калорийность (ЭЦ)-151, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-21	13-67
40	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность (ЭЦ)-94, Белки-3, Углеводы-20	1-29
20	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность (ЭЦ)-47, Белки-2, Углеводы-10	1-00
Итого за Обед		Калорийность (ЭЦ)-887, Белки-25, Жиры-38, Углеводы-112	65-12
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-887, Белки-25, Жиры-38, Углеводы-112	65-12

Директор



Завтрак

Выход (г)	Наименование блюда	гв. бел. (г/100), белок (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)	Стоимость позитива (руб)
<i>Завтрак</i>			
150	<i>Вермишель со сливочным маслом</i>	Калорийность (ЭД)-313, Белок-8, Жир-9, Углеводы-49	7-43
15	<i>Масло сливочное порциями</i>	Калорийность (ЭД)-132, Жир-15	8-85
40	<i>Яйца вареные</i>	Калорийность (ЭД)-63, Белок-5, Жир-3	8-10
180	<i>Какао с молоком</i>	Калорийность (ЭД)-151, Белок-5, Жир-5, Углеводы-21	13-67
30	<i>Хлеб пшеничный</i>	Калорийность (ЭД)-71, Белок-2, Углеводы-15	0-97
10	<i>Хлеб ржаной</i>	Калорийность (ЭД)-24, Белок-1, Углеводы-5	0-50
80	<i>Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом</i>	Калорийность (ЭД)-107, Белок-3, Жир-4, Углеводы-22	2-66
80	<i>Котлеты куриные из фарша</i>	Калорийность (ЭД)-171, Белок-3, Жир-11, Углеводы-15	23-84
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭД)-1 031, Белок-28, Жир-49, Углеводы-128	66-02
Итого за день		Калорийность (ЭД)-1 031, Белок-28, Жир-49, Углеводы-128	66-02

