

(Меню осень-зима (обед))

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Обед</u>		
Суп с изделиями		
250	макаронными группы А на бульоне из птицы	кКал-121, Бел-3, Жир-7, Угл-11, С-2
<i>картофель, макаронные изделия яичные (вермишель), морковь, лук репчатый, масло сливочное обогаченное, соль йодированная с пониженным содержанием натрия</i>		
250	Плов с курицей	кКал-559, Бел-9, Жир-17, Угл-76
<i>куры, крупа рисовая, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное дп</i>		
78	Салат из свеклы с яблоком	кКал-85, Бел-3, Жир-4, Угл-8, С-6
<i>свекла, яблоки, масло подсолнечное дп</i>		
Компот из плодов свежих		
200	витаминизированный (яблоки)	кКал-35, Угл-12, С-3
<i>яблоки, сахар-песок</i>		
30	Хлеб зерновой пшеничный	кКал-50, Бел-3, Жир-1, Угл-9
Хлеб ржано-пшеничный		
10	обогащенный витаминами и минералами	кКал-19, Бел-1, Угл-4
Итого за Обед		кКал-869, Бел-19, Жир-29, Угл-120, С-11
Итого за день		кКал-869, Бел-19, Жир-29, Угл-120, С-11