

Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г	
					Обед (учителя) 1 комплекс
					76,15 р.
4,04	5,76	13,89	123,76	100	Сельдь с гарниром
					Сельдь сл/с, Картофель очищенный, Яйцо диетическое, Масло растительное
5,375	5,625	19,55	150,65	250	Суп картофельный с горохом
					Картофель очищенный, Горох колотый, Морковь очищенная, Лук репчатый очищенный, Масло растительное, Соль, Сухарики из хлеба пшеничного
27,25	29,3	49,225	560,55	250	Плов мясной
					Говядина тазобедренная часть п/ф, Масло сливочное, Лук репчатый очищенный, Морковь очищенная, Томат-паста, Крупа Рисовая, Соль
0,28	0,06	21,88	89,58	200	Напиток из плодов сухих (изюм)
					Сахар-песок, Лимонная кислота, Изюм
3	1,16	20,56	104,8	40	Хлеб из муки пшеничной
1,12	0,22	9,88	46,4	20	Хлеб ржано-пшеничный