

# Завтрак

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	<b>Вермишель со сливочным маслом</b> <small>вермишель, масло сливочное, соль</small>	Калорийность (ЭЦ)-313, Белки-8, Жиры-9, Углеводы-49
40	<b>Яйца вареные</b>	Калорийность (ЭЦ)-2
55	<b>Бутерброд с повидлом</b> <small>хлеб пшеничный, повидло</small>	Калорийность (ЭЦ)-127, Белки-2, Углеводы-28
10	<b>Хлеб ржаной 10 гр</b>	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
180	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> <small>сухофрукты (смесь), сахар-песок</small>	Калорийность (ЭЦ)-106, Белки-1, Углеводы-25
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность (ЭЦ)-689, Белки-16, Жиры-10, Углеводы-132
<b>Итого за день</b>		Калорийность (ЭЦ)-689, Белки-16, Жиры-10, Углеводы-132



Директор

Халилов Рабадан  
Исманлович