

Завтрак

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
100	Омлет натуральный (100) <i>яйцо, молоко пастеризованное, масло сливочное, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-182, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-2
200	Каша рисовая на молоке <i>молоко пастеризованное, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное</i>	Калорийность (ЭЦ)-155, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-40
180	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный</i>	Калорийность (ЭЦ)-58, Углеводы-15
30	Хлеб пшеничный 30 гр	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
10	Хлеб ржаной 10 гр	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
140	Мандарин	Калорийность (ЭЦ)-38, Белки-1, Углеводы-8
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-715, Белки-22, Жиры-21, Углеводы-123
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-715, Белки-22, Жиры-21, Углеводы-123

Директор

Халилов Рабадан
Исмаилович