

**Завтрак**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
100	<b>Омлет по-домашнему</b> <i>яйцо, колбаса вареная, молоко пастеризованное, масло сливочное, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-182, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-2
200	<b>Каша рисовая на молоке</b> <i>молоко пастеризованное, крупа рисовая, сахар-песок, масло сливочное</i>	Калорийность (ЭЦ)-155, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-40
180	<b>Чай с сахаром</b> <i>сахар-песок, чай черный</i>	Калорийность (ЭЦ)-58, Углеводы-15
30	<b>Хлеб пшеничный 30 гр</b>	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
10	<b>Хлеб ржаной 10 гр</b>	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
1	<b>Йогурт</b>	Калорийность (ЭЦ)-63, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-9
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность (ЭЦ)-740, Белки-25, Жиры-24, Углеводы-125
<b>Итого за день</b>		Калорийность (ЭЦ)-740, Белки-25, Жиры-24, Углеводы-125

Директор

Халидов Рабадан  
Исмаилович