

Завтрак

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
160	Макаронные изделия, запеченные с сыром <i>макаронные изделия, масло сливочное, сыр, соль</i>	Калорийность (ЭЦ)-290, Белки-9, Жиры-12, Углеводы-35
40	Яйца вареные	Калорийность (ЭЦ)-2
200	Какао с молоком 200 <i>молоко пастеризованное, сахар-песок, какао-порошок</i>	Калорийность (ЭЦ)-167, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-23
30	Хлеб пшеничный 30 гр	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
10	Хлеб ржаной 10 гр	Калорийность (ЭЦ)-141, Белки-5, Углеводы-30
30	Кекс	Калорийность (ЭЦ)-306, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-78
Итого за Завтрак		Калорийность (ЭЦ)-1 047, Белки-26, Жиры-22, Углеводы-195
Итого за день		Калорийность (ЭЦ)-1 047, Белки-26, Жиры-22, Углеводы-195



Директор

Халилов Рабадан
Исмаилович