

# Завтрак

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
200	<b>Каша пшенинная жидкая молочная</b> <small>молоко пастеризованное, крупа пшено, сахар-песок, масло сливочное</small>	Калорийность (ЭЦ)-244, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-42
15	<b>Масло сливочное порциями</b>	Калорийность (ЭЦ)-132, Жиры-15
180	<b>Какао с молоком</b> <small>молоко пастеризованное, сахар-песок, какао-порошок</small>	Калорийность (ЭЦ)-167, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-23
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
40	<b>Вафли</b>	Калорийность (ЭЦ)-310, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-49
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность (ЭЦ)-1 135, Белки-30, Жиры-35, Углеводы-174
<b>Итого за день</b>		Калорийность (ЭЦ)-1 135, Белки-30, Жиры-35, Углеводы-174



Директор

Халилов Рабадан  
Исмаилович